සැඟවුණු බොදු මග යළි පුබුදන

හෙළ බොදු පියුම

ශ්‍රී බු. ව. 2561 ක් වූ වෙසක් මස (ව්‍යවහාරික වර්ෂ 2017 මැයි)

68 වෙනි කලාපය

අංශභාගය ඇතුළු ස්නායු මුල් කරගත් රෝග රැසකට ප්‍රත්‍යක්ෂ

සමාධිමය අත් බෙහෙත්



රු. 25/-

සැඟව ගිය බොදු මග යළි රැගෙන සෑම පුන් පොහෝ දිනකම එළිදකින දහම් සංග්‍රහය

උතුම් වෙසඟ පොහොයයි අද බොදුවන්ගේ



ගැටුම් එහැම බිඳ හැර දස මරුවන් ගේ
සිතුම් අධම බොරු කළ මිස දිටුවන් ගේ
පැතුම් සකල එල දැරු බුදු හිමියන් ගේ
උතුම් වෙසඟ පොහොයයි අද බොදුවන් ගේ

මම බුදු වෙමියි යන පැතුමන් හදෙහි රුවා
තම ඇඟ ලේ මසද පර හිත පිණිස දෙවා
සම තිස පෙරුම් දම් පිරු දිගු සසර ගෙවා
කුමරිඳු උපත ලද මනු ලොව අඳුර නිවා

මහමායා බිසව තම පුතු කුසින් දරා
සහ පිරිවරින් යන කල මව් පියන් කරා
ගහ කොළ මල් සපිරි ලුම්බිණි උයන් අරා
යහපත් විය පුතෙකු ලද වැනි රනින් පෙරා



තණ්හා රති රගා බැම් එම බිඳැර දමා
නංවා මනස විදසුන් නැණ නුවණ යොමා
සංසාරයට බැඳි බාධක කෙරුනි නිමා
පෙන්වා දුනි පැමිණි වග බුදු බවට තමා

අග වෙම් සෙට වෙමියි ලොවටම උදන් ඇනූ
හුඟ පිරිසකට නර සුර බඹ සෙතක් වුනූ
සග මොක් සුව පිණිස සත හට මගක් තැනූ
මිගදායෙහිදි පෙර නොම ඇසු බණක් බිනූ

යහ දහමක් දෙසුව මහජන හිත වාදී
මහ මෙහෙවරක් විය මිස දිටු මත සේදී
ගහ කොළ සතා වුව එම දහමට ඇළී
සහ ජීවනය ලද විජ්ජා උද පාදී

වෙසෙසින් සපිරි බුදු ගුණ නව අර හාදී
මුනිඳුන් සොඳුරු දහමක් දෙසු සුබ වාදී
එනයින් අසූ වස් හිඳ ලොව සහ ඇළී
අවසන් ගමන ගියෙ කුසිනාරා වේදී

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමනී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා





පෙළ දහමින් නිවන් මග 07

අද බොහෝ විට ඇහෙන කතාවක් තියෙනවා. අර පන්සලේ මගඵල ලාභී හාමුදුරු නමක් වැඩ ඉන්නවා, උන්වහන්සේ කියන බණ හොඳයි, එතනට යමු කියල කෙනෙක් කියනවා. එතකොට තව කෙනෙක් කියනවා, නෑ නෑ වෙන තැනක් තියෙනවා, එතනට ගිහින් බණ අහමු, ඒ බණ නම් හොඳටම හොඳයි, ඒ බණ අහපු ගමන් මට ලොකු සැනසීමක් ලැබුන කියල. දැන් මේ දෙන්නට මැදි වුන කෙනෙක් ගන්න තීරණය මොකක්ද? මම කොහේ ගිහින් බණ අහන්නද? කොහොමද මම හරි බණක් තෝර ගන්නෙ? පෙළ දහමේ එන නෙත්තිප්‍රකරණය කියන මූලික අටුවාවේ, ලොව්තුරා බුද්ධ දේශනාවක් තෝර ගන්න ආකාරය සඳහන් කරල තියෙනවා.

ඒ අර්ථ පද ව්‍යඤ්ජන පදයෝ සූත්‍රයෙහි බහාලිය යුත්තාහ, විනයෙහි ලා සසඳාලිය යුත්තාහ, ධර්මතායෙහි බස්වාලිය යුත්තාහ. කවර සූත්‍රයෙක අවතරණ කළ යුත්තාහ යත්, සතර ආර්ය සත්‍ය සූත්‍රයෙහිය. කවර විනයෙක සසඳාලිය යුත්තාහ යත්, රාග විනයෙහි දෝස විනයෙහි මෝහ විනයෙහිය. කවර ධර්මතායෙක බස්වාලිය යුත්තාහ යත්, පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මතායෙහියි. (නෙත්තිප්‍රකරණය - යුත්තිහාර විභංගය - 39 පිටුව)

පොතපතේ සඳහන් වෙන ආකාරයට, නෙත්තිප්‍රකරණය කියන්නෙ මූලික පෙළ දහමට අයිති අටුවාවක්. මහා කච්චායන තෙරුණ් වහන්සේ විසින් ලියන ලද්දක් බවයි සඳහන් වෙන්නෙ. ඒක මූලික සංගායනාවලින් නිවැරදිවම තියෙන අටුවාවක්. ඉතින් ඉහත සඳහන් ආකාරයට සරලව අරගෙන බැලුවොත්, යම් දේශනාවක් ආර්ය විනයට අයිති දේශනාවක්ද කියල තෝර ගන්නෙ කොහොමද කියලයි විස්තර කරල තියෙන්නෙ. මුලින්ම සූත්‍රයට බහා බලන්න. ගැලපෙනව නම් අරගන්න, නැත්නම් අයින් කරන්න. සූත්‍රය කියල අදහස් කළේ චතුරාර්ය සත්‍යය. ඒ වගේම විනයට දාල බලන්න. විනය කියල අදහස් කළේ රාග විනය, ද්වේශ විනය සහ මෝහ විනය. යම් දහමකින් රාගයක්, ද්වේශයක්, මෝහයක් එනවද බලන්න. එහෙම එනවනම් ඒක අයින් කරන්න. අවසානයේ ධර්මයට බහා බලන්න. ධර්මය කියල අදහස් කළේ පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය. ඉතින් ඔය තුන් විදිහටම දාල බලන්න. නොගැලපෙනව නම් අයින් කරන්න. ඒ විදිහට තමයි නිවැරදි බුද්ධ දේශනාවක් තෝර ගන්නෙ.

දැන් කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන්, අනේ අපි චතුරාර්ය සත්‍යය දන්නෙ නැනෙ, පටිච්ච සමුප්පාදය දන්නෙ නැනෙ, අපි වගේ කෙනෙක් කොහොමද නිවැරදි ධර්මය තෝර ගන්නෙ කියල. කතාව ඇත්ත. එහෙම මුලින්ම බණ අහන කෙනෙක් කොහොමද තෝර ගන්නෙ? චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයට බහා බලන්න දන්නව නම්, පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මයට බහා බලන්න දන්නව නම්, ඒ පුද්ගලයට අමුතුවෙන් මේ බුදු බණ, මේ බුදු බණ නෙවෙයි කියල තේරුම් කරන්න ඕන නෑ. හේතුව ඒ පුද්ගලයා නිවැරදි බුදු දහම අහල මාර්ග ඵලයට පත්වුන කෙනෙක්. එහෙම කෙනෙකුට හැර වෙන කෙනෙකුට චතුරාර්ය සත්‍යයට බහා බලල තෝර ගන්න බෑ. චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ වෙච්ච නැති කෙනෙක් කොහොමද චතුරාර්ය සත්‍යයට බහා බලන්නෙ? හරියට දෙවරක් චක්කරය දන්නෙ නැති කෙනෙකුට, දෙවරක් පහ විස්සයි කියල කියනව වගේ. දැන් ඒ පුද්ගලය කොහොමද තෝර ගන්නෙ මේ කිව්ව දේ හරිද වැරදිද කියල. ඒ වගේ තමයි ඉහත කතාවත්. පටිච්ච සමුප්පාදයට බහා බලන එකත් ඒ වගේ. අවබෝධ නොවුන කෙනෙකුට ඒක කරන්නත් බෑ.

හැබැයි තව ක්‍රමයක් තියෙනවා. ඒ තමයි විනයට බහා බලන එක. ඒක ඕන කෙනෙකුට කරන්න පුළුවන්. විනයට බහා බලනව කිව්වම, මේ කිව්ව දෙයින් යමකට ඇලීමක් එනවද, ඒ ඇලීම නිසා ගැටීමක් ඇති වෙනවද, ඒ දෙකම හොඳයි කියල ගන්නවද කියල බලන්න ඕන. එහෙම වෙනව නම්, ඒ බුදු බණ නෙවෙයි. ඇත්තටම බලන්න ඕන ඇලීම ගැටීම අඩු වෙනවද කියල. උපමාවක් හැටියට, කෙනෙක් දෙව්ලෝ සැප ගැන විස්තර කරනවා. මෙහෙම සැප සම්පත් තියෙනවා, දිව්‍යාංගනාවන් ඉන්නවා, හිතා ගන්න බැරි අවුරුදු කෝටි ගණන් ඒ සැප සම්පත් විඳින්න පුළුවන්, හැබැයි නිකම්ම ඉඳල ඒවා ලැබෙන්නෙ නෑ, මේ ජාතියේ පින් කරන්න ඕන, පින් කළාමයි ඒවා ලැබෙන්නෙ...

දැන් මේ ආදී වශයෙන් කිව්වම, බැලු බැල්මට නරකක් නෙවෙයි කරන්න කිව්වෙත්. ඒත් මේ බුදු බණද කියල කොහොමද තෝර ගන්නෙ? මට පින් කරන්න කිව්වා. මොකටද පින් කරන්න කිව්වෙ? තමන් තුලින්ම ප්‍රශ්නෙ අහල බලනවා. එකපාරටම පිළිගන්නෙත් නෑ, බැහැර කරන්නෙත් නෑ. පින් කරන එක හොඳ වැඩක්. බැලු බැල්මට රාගයක් එනවද කියල පේන්නෙ නෑ. ඒ වගේම ද්වේශයකුත් නෑ. මෝඩකමක්, මෝඩ වැඩක් හැටියට පේන්නෙත් නෑ. ඒත් මේ කිව්ව දේ බුදු බණට ගැලපෙනවද?

කොහොමද මේ කාරණය හොයා ගන්නෙ? මුලින්ම රාග විනයට බහා බලමු. ඇයි පින් කරන්න කිව්වෙ? අපිම අපෙන් ප්‍රශ්නෙ අහනවා. අපි හේතුව දන්නවා. දෙවියෙක් වෙන්න දිව්‍ය සැප සම්පත් ලබන්න. පොටක් අහුවුනා. දැන් දිව්‍ය සැප සම්පත්වලට ඇලුන නිසා, ඒවායේ වටිනාකම පෙන්වපු නිසා තමයි අපි පින් කරන්නෙ.
මම දිව්‍ය සැප සම්පත්වලට ☞

ඇලුන නිසා තමයි, එහෙම නැත්නම් රාගයෙන් බැඳුන නිසා තමයි පින් කරන්න පෙළඹුනේ. ඒකෙන් රාගය ඇතිවුනා මිසක් රාගය අඩු වුනේ නෑ, ක්ෂය වුනේ නෑ. ඒ කියන්නෙ ඒක රාග විනයට ගැලපෙන්නෙ නෑ.

හරි, දැන් ඒ දිව්‍ය සැප සම්පත් බලාපොරොත්තුවෙන් තමයි පින් කරන්නෙ. ඒ දේට විරුද්ධව යමක් ආවොත්, කෙනෙක් කිව්වොත් අපෝ ඕක කළොත් ලැබෙන්නෙ අඩු පිනක්, වෙන එකක් කරමු කියල, අන්න මෙතෙක් කර කර හිටපු දේට විරුද්ධව යමක් ආවා. තමන් ඇලුන දේට විරුද්ධව යමක් ආව ගමන් ගැටීම එනවා. ගැටීම කිව්වෙ ද්වේශය. ඒ කරපු වැඩෙන් ද්වේශය අඩු වුනාද ? නෑ. නැති ද්වේශයක් අලුතින් හටගත්තා. එතන විනයක් නෑ. ඒ කියන්නෙ ද්වේශ විනයට ගැලපෙන්නෙත් නෑ. ඔහොම එකක් නේද මම හොඳයි හොඳයි කියල මෙච්චර කල් කර කර හිටියෙ? ඒ කියන්නෙ ඇලීම ගැටීම ඇතිවෙනව කියල නොදැන කරපු දෙයක්. ඒක නුවණක්කාර වැඩක්ද නැත්ද? නෑ. ඒ නිසා ඒකෙන් මෝහ විනය වෙන්නෙත් නෑ.

දැන් දිව්‍ය සැප සම්පත් ලබන්න පින් කරන්න කිව්ව එක බුදු බණද නැත්ද කියන එක තෝර ගන්න පුළුවන්. ඒක රාග විනයට ගැලපෙන්නෙත් නෑ, ද්වේශ විනයට ගැලපෙන්නෙත් නෑ, මෝහ විනයට ගැලපෙන්නෙත් නෑ. එහෙනම් ඒක කෙලින්ම අයින් කරන්න පුළුවන්, මේ නිවන් දකින බුදු බණ නෙවෙයි, මෙතනට ගියොත් මට පැවැත්මක එල්ලිලා ඉන්න වෙනව මිසක් වෙන සහනයක් ලැබෙන්නෙ නෑ කියල.

ඉතින් අද වගේම ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලෙත් මේ ජාතියේ ප්‍රශ්න කේසපුත්ත කියන නගරයේ හිටපු කාලාම වැසියන්ටත් තිබුනා. ඔවුන්ට තිබ්බ්ච එකම ප්‍රශ්නය, කොහොමද හරි දහම තෝර ගන්නෙ කියල. මේ කාලාම වැසියෝ ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ හමුවෙලා මෙහෙම ඇහුවා. "වහන්ස, කේසපුත්තයට එන ඇතැම් මහණ බමුණු කෙනෙක් ඇත. ඔහු ස්වකීය ලබ්ධියම කියති, පවසති. මෙර මාගේ ලබ්ධිය සටා බෙණෙති, හෙළා දකිති, බැහැර කෙරෙති. වහන්ස, අන්‍ය වූ ද ඇතැම් මහණ බමුණු කෙනෙක් කේසපුත්තයට එති. ඔහු ද ස්වකීය ලබ්ධියම කියති, පවසති. මෙර මාගේ ලබ්ධිය සටා බෙණෙති, හෙළා දකිති, බැහැර කෙරෙති. වහන්ස, ඒ අපට මේ භවත් මහණ බමුණන් අතරෙන් කවරෙක් නම්, සත්‍යය කියාද කවරෙක් නම් මුසවා බෙණේද යි සැක ඇති වේ මය, විචිකිච්චා ඇතිවේ මය.

එතකොට කාලාම වැසියන් බුදුන් වහන්සේගෙනුත් ඇහුවෙ එකම ප්‍රශ්නයයි. එදත් අද වගේමයි. කේසපුත්ත කියන නගරයට නොයෙක් ආකාරයේ මහණ බමුණන් එනවා. ඔවුන් දේශනා කරන දහම හරි කියල කියනවා. අනෙක් අය දේශනා කරන දහම වැරදියි කියල අයින් කරන්න කියනවා. ඒ අයට ගරහනවා. තවත් මහණ බමුණෙක් එනවා. ඒ එන කෙනත් කියන්නෙ අනෙක් අය වැරදියි තමන් හරි කියල. කලින් කෙනා විදිහටම අනික් අයට බනිනවා, ගරහනවා, ඒක ගන්න එපා කියනවා. දැන් අපි හරි එක තෝර ගන්නෙ කොහොමද? අපි වික්ෂිප්ත වෙලා ඉන්නෙ මොකක් ගන්නද, මොකක් අයින් කරන්නද? ඔය විදිහට කාලාම වැසියෝ ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේට ඔවුන්ගෙ ප්‍රශ්නය කිව්වා. දැන් බලන්න අද විතරක් නෙවෙයි, ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ ජීවමානව වැඩ ඉන්න කාලෙත් මේ ප්‍රශ්නෙම තිබිල තියෙනවා. ඉතින් උන් වහන්සේ මේ කාලාම වැසියන්ට මෙහෙම දේශනා කළා.

"කාලාමයෙනි, තොප විසින් සැක කරන්නට නිසි මයැ, විචිකිච්චා කරන්නට නිසි මයැ. සැක කටයුතු තැනම විචිකිච්චාව උපන. කාලාමය තෙපි එව, අනුශ්‍රව කතායෙනුද නොගනුව, පරම්පරා කතායෙනුදු නොගනුව, තෙල මෙසේ වී යැයි ද නොගනුව, අපගේ පෙළ හා යෙදෙතිද කියා නොගනුව, තර්ක ග්‍රහයෙනුදු නොගනුව, න්‍යායග්‍රාහයෙනුදු නොගනුව, ආකරපරිවිතර්කයෙනෙදු නොගනුව, අප සිතා ඉවසාගත් දෘෂ්ටිය හා සැසඳෙතැ යි ද නොගනුව, (මේ තෙම පූජ්‍යයෙකැ යි) භාව්‍ය රූපතායෙනුදු නොගනුව, මේ මහණ අපට ගුරුහයිද නොගනුව. කාලාමයෙනි, මේ දහම් කුසල්ය, මේ දහම් අකුසල්ය, මේ දහම් වරද සහිතය, මේ දහම් නුවණැත්තන් විසින් ගර්හිතය, මේ දහම්හු සපුරන ලද්දාහු සමාදන් කොට ගන්නා ලද්දාහු අවැඩ පිණිස දුක් පිණිස පවත්නාහයි තෙපි යම් කලෙක තුමූම දැනගන්නහු නම්, කාලාමයෙනි, එකල්හි තෙපි එය දුරු කරව.

ඉතින් උන්වහන්සේ කාලාම වැසියන්ට, ඒ මොහොතේ තමන්ට හරි දේ සහ වැරදි දේ තෝර ගන්න හැටි කියල දුන්නා. මෙතනදි පැහැදිලි කාරණයක් තමයි, උන්වහන්සේ මුලින්ම හරි වැරැද්ද තෝරන හැටියි පෙන්නුවෙ. ඇත්තටම මේක සැක කරන්න ඕන කාරණයක්, එක පාරටම කිව්ව ගමන් ගන්න එපා. ඒ වගේම පරම්පරාවෙන් ආව කියලත් ගන්න එපා. ඒක මෙච්චර කල් මෙහෙමයි තිබුනෙ කියලත් ගන්න එපා. අපේ පොත් පත්වල තියෙන්නෙ මෙහෙමයි කියලත් ගන්න එපා. තර්කයට ගැලපෙනව කියලත් ගන්න එපා. න්‍යායට ගැලපෙනව කියලත් ගන්න එපා. එක එක ආකාරයෙන් තර්ක විතර්ක කරල පෙන්නුව කියල ගන්නත් එපා. අපි හිතාගෙන හිටපු විදිහ හරි, ඒ අනුව ගැලපෙනව කියලත් ගන්න එපා. මේක පූජක උතුමෙක්නෙ කියන්නෙ කියලත් ගන්න එපා. මේ පූජකතුමා අපේ ගුරුවරයා, එතුමා කිව්ව කියලත් ගන්න එපා.

ඔය විදිහට ඔය කියන දහම් පිළිගන්න එපා කියලයි මුලින් කිව්වෙ. මෙතනදි ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ පෙන්වපු අදහස අද සමහර පින්වතුන් වරදවා වටහගෙන. **උන්වහන්සේ පොතේ තිබුන පළියට ගන්න එපා කියල තියෙන්නෙ... ආදී වශයෙන් කියල, සමහරු ත්‍රිපිටක පෙළ දහමේ එන සූත්‍ර කොටස් පිළිගන්න මැලි වෙන තැනකට පත් වෙලා තියෙනවා.** උන්වහන්සේ එතනදි කිව්වෙ, එහෙම තිබුන පළියටම ගන්න එපා කියල මිසක් කෙලින්ම අයින් කරන්න කියල නෙවෙයි.

මුලින්ම පෙන්වා දුන්නෙ තමන් විසින්ම තෝර ගන්න ක්‍රමයක්. මුලින්ම කිව්වෙ හොඳ නරක තෝරන විදිහ. මුලින් කිව්වෙ අර කිව්ව දේ, පොත්පත්වල තියෙන දේ එකපාරටම ගන්න එපා කියල. **මුලින් බලන්න, මේ කියන දහම්වලින් කෙනෙකුට අවැඩක් අසාධාරණයක් වෙනවද කියල. ඒ දහම් අනුගමනය කරන්න ගියොත් අපිට හෝ අනුන්ට හෝ අවැඩක් අසාධාරණයක් සිද්ධ වෙනවද? නුවණ තියෙන අය මේ දහම් ගරහල තියෙනවද? ඒක තමන්ටම හිතල ගන්න පුළුවන් තීරණයක්.** ඒ අනුව අන්න ඒ දහම් මුලින් බැහැර කරන්න. ඉතින් මේ දේ කරන්න මාර්ග ඵලයක් ඕන නෑ. තමන්ගෙ නුවණ මෙහෙයවන්න විතරයි ඕන. ඒක තමන්ටම තෝර ගන්න පුළුවන්. ඒකයි ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ මුලින්ම කෙනෙකුට තෝර

ගන්න පෙන්නුවෙ. ඒ තමයි තමන් සතු නුවණින් හොඳ නරක තෝරන හැටි.

ඊට පස්සෙ ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ, මේ හොඳ නරක තමන් විසින්ම තෝර ගන්න හැටි පහදල දුන්නා. කාලාම වැසියන්ගෙන් ප්‍රශ්න ඇහුවා. ත්‍රිපිටකය පුරාම සූත්‍රවල ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කළ විදිහක් තියෙනවා. උන්වහන්සේ සියල්ලෙන් සියල්ල දකින උතුමෙක්. කිසිවක් හංගන්න බෑ. ළඟට එන කෙනාගෙ සියලු තතු දන්නවා. නමුත් උන්වහන්සේ කෙලින්ම කිව්වෙ නෑ, ආ මම දන්නවා මොකටද ආවෙ කියල, මේ ප්‍රශ්නෙ අහන්නනේ ආවෙ, මෙන්න උත්තරේ, ඊළඟට අහන ප්‍රශ්නෙ මේකයි ඒකටත් උත්තරේ මෙන්න කියල. එහෙම තර්ක බිඳින්න ගියෙත් නෑ.

මුලින්ම සුහදව කතා බහ කරල ආපු කාරණය අහනවා. ඒ අනුව ආපු කෙනාගෙන්ම උත්තර ගන්නවා. ඒ අනුවයි උන්වහන්සේ යමක් පහදල දුන්නෙ. උන්වහන්සේ ළඟට විවිධ තරාතිරම්වල විවිධ නුවණ මට්ටම්වල අය ආවා. ඒ ආපු බොහොමයක් අය නැවත යන කොට මාර්ගඵල ලාභීන් බවට පත්වෙලා ගියේ. සූත්‍ර කියවනකොට තේරෙනවා, බොහෝවිට උත්තර ගත්තෙ ආපු අයගෙන්ම බව. මේ කාලාම වැසියන්ටත් ඒ ක්‍රමයමයි අනුගමනය කළේ. මුලින්ම ඇහුවෙ මේ විදිහට.

"කාලාමයෙනි, ඒ කිමැයි සිතවුද? ලෝභය පුරුෂයාගේ සිත තුළ උපදනුයේ ඔහුට වැඩ පිණිස හෝ අවැඩ පිණිසද? වහන්ස, අවැඩ පිණිස වේ. "

උන්වහන්සේ සරල ප්‍රශ්නයක් ඇහුවෙ. මහා ගැඹුරු දේකුත් නෙවෙයි. ඇහුවෙ, කාලාමයෙනි කෙනෙක්ගෙ හිතට ලෝභය ආවම ඔහුට හොඳක් වෙනවද නරකක් වෙනවද කියල. ඉතින් හරිම පහසු උත්තරයක්, ඕන කෙනෙකුට කියන්න පුළුවන් උත්තරයක්. හිතන්න මතන්න පුළුවන් නම් කියන්නෙ, ඔව් ලෝභය නිසා කෙනෙකුට හොඳක් නම් වෙන්නෙ නෑ කියල. කාලාම වැසියන් කිව්වෙත් ඒකමයි. ඔව්, ස්වාමීනි ලෝභය සිතට ආවම කෙනෙකුට අවැඩක් වෙනව මිසක් වෙන එකක් වෙන්නෙ නෑ.

ඉතින් නැවතත් තවත් ප්‍රශ්නයක් ඇහුවා. "කාලාමයෙනි, ලෝභී වූ මේ පුරුෂ පුද්ගල ලෝභයෙන් මඩනා ලදුයේ ගන්නා ලද සිත් ඇතියේ යමක් ඔහුට බොහෝ කලක් අවැඩ පිණිස දුක් පිණිස වේ නම්, එබඳු පණිවා ද කෙරේ, අයිනාදන් ද, පරඹුවන් කරාද යේ, මුසාවාදා බෙණේ, මෙරමාත් එබව පිණිස සමාදන් කරවයි. එසේය වහන්ස, මේ ලෝභය සිතට කා වැදුන පුද්ගලයාට අවැඩක්මයි සිද්ධ වෙන්නෙ. බොහෝ කාලයක් හොඳක් නම් වෙන්නෙ නෑ. ඔහුගේ හිත ලෝභයෙන් දූෂ්‍ය වෙලා ප්‍රාණ ඝාතයට පෙළඹෙනවා. හොරකම් කරන්න පටන් ගන්නවා. අනාචාරයේ හැසිරෙනවා. තමන් වගේම අනුන්වත් ඒ දේට පොළඹවනවා.

මෙහෙම ලෝභයෙන් මත් වුන පුද්ගලයා තමන්ටත් අනුන්ටත් අවැඩ සිද්ධ කරගන්න ආකාරය පෙන්නුවා. ඇත්තනේ, ඕන තරම් අත් දැකල තියෙනවා. ලෝභයෙන් වැඩ කරන අයගෙන් අනුන්ට අවැඩ අසාධාරණ සිද්ධ වෙනව මිසක් අලෝභයෙන් වැඩ කරන කෙනෙක්ගෙ අතින් නම් කීයටවත් ඒ වගේ දෙයක් සිද්ධ වෙන්නෙ නෑ. මේ විදිහට කාලාම වැසියනුත් ඒ කතාව අනුමත කළා. ඒ ගැන හිතින් හිතල බැලුවා. කවුරුවත් කිව්ව කියලවත්, පොතේ තිබුන කියලවත්, ගුරුවරයා කිව්ව නිසා කියලවත්, පරම්පරාවෙන් ආව කියලවත් නෙවෙයි පිළිගත්තෙ. තමන් තුලින්ම හිතල බලල නුවණින් ගත්ත තීරණයක්. ලෝභය නිසා තමන්ටත් අවැඩක් අසාධාරණයක් කරගන්නව වගේම, අනුන්ටත් අවැඩක් අසාධාරණයක් වෙනව කියල තෝර ගත්තා.

ඉතින් ඔය විදිහටම උන්වහන්සේ ද්වේශය ගැනත් ඇහුවා. ඒ ආකාරයෙන්ම මෝහය ගැනත් ඇහුවා. තමන් තුලින්ම හිතල උත්තරයක් ගත්තා. ලෝභය, ද්වේශය, මෝහය, එහෙම නැත්නම් ඇලීම, ගැටීම, මුළාව නිසා කෙනෙකුට අවැඩක් අසාධාරණයක් මිසක් හොඳක් නම් වෙන්නෙ නෑ කියල තමන් තුලින්ම හිතල තීරණයක් ගත්තා. ඉතින් ඒ හිතපු දේ ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ කාලාම වැසියන්ගෙන් ඇහුවා.

"කාලාමයෙනි, ඒ කිමැයි හඟිවුද? මේ දහම්හු කුසල් හෝ වෙත් ද? අකුසල් හෝ වෙත්ද?" හරිම සරලයි. ඇහුවෙ, ඔය කිව්ව දහම් කුසල්ද අකුසල්ද, එහෙම නැත්නම් මේකෙන් හොඳක් වෙනවද නරකක් වෙනවද කියල. ඉතින් කාලාම වැසියන් දුන්න උත්තරය අපිටත් දැන් දෙන්න පුළුවන්. ඒ වගේම නැවතත් ඇහුවා, මේ දහම් සාවද්‍ය වෙනවද අනවද්‍ය වෙනවද කියල. ඒ කිව්වෙ සත්‍ය දහමක්ද අසත්‍ය දහමක්ද කියල. කෙලින්ම කියන්න පුළුවන්. අනවද්‍යයි, එහෙම නැත්නම් අසත්‍යයි කියල. ඒ කියන්නෙ කොහෙත්ම පිළිගන්න බැරි දහමක්. නැවතත් ඇහුවා, නුවණ තියෙන කෙනෙක් කියයිද මේ දහම් හොඳයි කියල. නෑ ස්වාමීනි, නුවණ තියෙන කෙනෙක් කීයටවත් කියන්නෙ නෑ හොඳයි කියල. ඒ දහම්වලට නුවණ තියෙන කෙනෙක් නම් ගරහනවා. ඒ විදිහටයි කාලාම වැසියන් උත්තර දුන්නෙ. ඔය විදිහටම ලොව්තුරා බුදුන් වහන්සේ අලෝභයත්, අද්වේශයත්, අමෝහයත් පෙන්වල දුන්නා. ඒ ගැන ප්‍රශ්න ඇහුවා. කාලාම වැසියන් තමන් තුලින්ම හිතල උත්තර දුන්නා.

ඉතිං ඔය විදිහට මුලින්ම දහම තෝර ගන්න හැටි පෙන්වා දුන්නා. දස අකුසලයෙන් වෙන් වෙන දහමක් කොතැනදී හරි කියනව නම්, ඒ දහම තුලින් සිත් පහන් වෙනවා. ඒ දහම වැරැදි දහමක් නෙවෙයි. මූලිකව එහෙමයි තෝර ගන්නෙ. සිතේ නරක බව අත්හැරිල හොඳ බවට පත්වෙනවා. ඒ අනුව නිවැරදි මාවතකට යොමු වෙනවා. ඒ පැහැදිලි සිතින් ඊළඟ පියවර වෙතට ධර්මතාවයෙන්ම යොමු වෙනවා. මොකද හේතුව, දහම් තෝරන්න පුරුදු වුනේ කවුරුවත් කිව්ව පළියට නෙවෙයි, තමන් තුලින්ම හිතල මතල හොඳ නරක තෝර ගත්තෙ. මේ පුරුද්ද යෝනිසෝමනසිකාරයට හුරු කරවනවා. සත්ධර්මය ඇසුන පමණින් එක පාරටම ගන්නෙ නෑ. හොඳින් හිතල බලන්න ඕන, ඒ අනුව තීරණය ගන්න. ඒ හිතන්න හිතන්න හිත දස අකුසලයෙන් වෙන් වෙන තැනට එනවා. ඒකෙන් ධම්මානුධම්ම පටිපදාව පූර්ණ වෙනවා. ඊට පස්සෙ අවශ්‍ය මාර්ග ඵලය ඒ සත්ධර්මය ශ්‍රවණය කරන මොහොතෙම ලැබෙනවා.

අංගුත්තර නිකාය 1 - කාලාම සූත්‍රය (337 පිටුව) සහ වහරක අභයරතනාලංකාර හිමිපාණන් විසින් දේශිත සැඟවුණු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

ෆික්රි ඉස්මයිල්
පරිගණක ඉංජිනේරු
ගොතටුව
076-3446839



රූපස්කන්ධය තුලින් අසුභය දැකීම

2 වන කොටස

අපිට ආස්වාදයක් ලබන්න නම්, පෙළෙන ගතක් හිතක් අවශ්‍ය බව පසුගිය කලාපයෙන් විස්තර කළා. දැන් මොනවද පෙළෙන්නෙ? ඇහැ ලස්සන රූප දැකීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. කන මිහිරි ශබ්ද ඇසීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. නාසය මිහිරි ගන්ධ විඳීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. දිව මිහිරි රස විඳීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. කය මිහිරි ස්පර්ශ විඳීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. හිත මන වඩන ධම්ම බලාපොරොත්තුවෙන් පෙළෙනවා. **මේ හැම ඉන්ද්‍රියක්ම හැදිල තියෙන්නෙ පෙළෙන්නමයි. මොකක් නිසාද පෙළෙන්නෙ? ආස්වාද හොයාගෙන නම් සසර සැරිසරන්නෙ, පෙළෙන ගතක් හිතක් නැතුව කොහොමද ආස්වාද විඳින්නෙ?**

ඔළුව අත ගෑවම සුවය දැනෙන්න නම්, හොඳට ඔළුව හිල් වෙන්න ටොක්කක් කන්න ඕන. මේ විදිහට අපිත් එකක් කරගන්නවා. අපි මේ ටොක්කෙ උපමාව මේ විදිහට හිතමු. ටොක්ක අනින කොට ඒ පුද්ගලය නිදාගෙන නම් හිටියෙ, දැන් මොකක්ද වුනේ කියල ඒ පුද්ගලයට වැටහීමක් නෑ. ඇහැරෙන කොට රිදෙනවා විතරක් දැනෙනවා. දැන් අතගාන කොට හොඳ සුවයක් දැනෙනවා. නැවතත් ටිකකින් නින්ද යනවා. නැවතත් කවුරු හරි ටොක්කක් අනිනවා. රිදෙන කොට ඇහැරෙනවා. ටොක්ක අනිනව දැක්කෙ නෑ. අනේ අත ගාන්න, අත ගාන කොට හරි සුවයි කියනවා. දැන් අහනවා, ඔය අත ගාන කොට දැනෙන සුවයට කැමතිද කියල. ඔව් කියනවා. තව තව අත ගානවට කැමතිද අහනවා. අනේ ඔව් හරි සනීපයි අත ගාන්න කියනවා. මේ දැනෙන සුවය නැවත නැවත ලබන්න කැමතිද අහනවා. ඔව් හරි කැමතියි කියනවා. දැන් නිදාගෙන හිටපු නිසා, මේ සුවයට මුල නොදැකපු නිසා ඔහු ඒ සුවය නැවත නැවත බලාපොරොත්තු වෙනවා.

මේ වගේ දෙයක් තමයි අපටත් වෙන්නෙ. අපිට කෙලෙස් නින්දක් තියෙනවා. ඒ නිසා යථාර්ථය වැටහෙන්නෙ නෑ. හිත කෙලෙසන නිසා ඌනතාවයෙන් යුතු ගතක් හිතක් ලැබෙනවා. ඒක හැදෙන හැටි දන්නෙ නෑ. ඒ වෙලාවට හිත නිදි. කොහොමද හැදෙන්නෙ? කර්ම ශක්තිය මුල් වෙලා මේ කයට මුල හදල දෙනවා. හිත හිතා හදනවා නෙවෙයි. මුලින්ම කර්මජ රූපයක් නිර්මාණය වෙනවා. කර්ම ශක්තියෙන් හේතු ඵලයක් විදිහට නිර්මාණය වෙනවා. දැන් මොකක් නිසාද හැදුනෙ? ආස්වාද විඳින බලාපොරොත්තුව තියෙනකල් මේක හැදෙනවා. ගැලවීමක් නෑ. ප්‍රිය මනාපයක් විඳින්න බලාපොරොත්තු වුනා. එතකොට ශක්තියක් හට ගත්තා. ඒක කර්ම භවයේ පිහිටියා. ඒ ශක්තිය උප්පත්ති භවයට ඇවිත් වේදනා දැනෙන පෙළෙන ඉන්ද්‍රිය පද්ධතියක් සහිත ගතක් හිතක් නැවත උප්පත්තියක් විදිහට හදල දෙනවා.

රහතන් වහන්සේට නම් ඇහැ තියෙනවා, පේනවා. හැබැයි බලන බලාපොරොත්තුවක් නෑ. ඒ වගේම කන තියෙනෙවා, ඇහෙනවා. හැබැයි අහන බලාපොරොත්තුවක් නෑ. අනිත් ඉන්ද්‍රියනුත් තිබුනට ඒවායින් නැවත නැවත වින්දනය ලැබීමේ බලාපොරොත්තුවක් නෑ. ඒ නිසා රහතන් වහන්සේට නැවත මේ තුන් ලෝකයේම ගතක් හිතක් හැදෙන්න හේතු නෑ. ඒ වුනාට අනෙක් සියලුම සත්ත්වයින්ට විඳීමේ බලාපොරොත්තුව තියෙන නිසා, තුන් ලෝකයේ කොහේ හරි ඉපදෙන්න හේතු තියෙනවා. හැබැයි ඉපදෙන්නෙ කොහේද කියන එක තීරණය කරන්න සත්ත්වයාට පුළුවන් කමක් නෑ. කර්මානුරූපීව ලැබෙන අත්බව සතර අපායෙ වෙන්නත් පුළුවන්, සුගතියක වෙන්නත් පුළුවන්. හැබැයි විඳීමේ බලාපොරොත්තුව තියෙනකල් ලෝකයෙන් එතෙර වෙන්න බෑ. දුකෙන් මිදෙන්න බෑ. දුකක්ම ගොඩනගමින් ලෝකයේ සැරිසරනවා. ඇත්ත දැනගත්ත, සේක පුද්ගලයට (සෝවාන්, සකෘදාගාමී, අනාගාමී) පවා විඳීමේ හා දැන ගැනීමේ බලාපොරොත්තුව පූර්ණ වශයෙන් දුරු වෙනකල් නැවත උපතක් තියෙනවා.

තවත් විදිහකින් කිව්වොත්, වේදනා සංඥා බලාපොරොත්තු වෙනකල් ලෝකයෙන් මිදෙන්න බෑ. නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට සම වැදුන අනාගාමී හෝ අරිහත් උත්තමයන් වේදනා සංඥා නිරෝධයෙන් නිරෝධ සමාපත්තියට සම වැදීම තුලින් ඉහාත්මයේම (මේ අත්බවයේම) නිවන් සුව විඳිනවා. හැබැයි ඒ වේදනා චෛතසිකයෙන් සුව විඳිනවා නෙවෙයි. මොකද එතන චිත්ත නිරෝධයි. සුව විඳිනවා කිව්වෙ දුක නෑ කියන එක. හරියට අනුපදිසේස නිබ්බාන ධාතුවෙන් නිවන පූර්ණ කළා වගේ.

දැන් මේ කය හැදෙන හැටි දැක්කෙ නෑ. හැබැයි පෙළෙන ගතක් හිතක් ලැබිල තියෙනවා, පෙළෙන ඇහැක් ලැබිල තියෙනවා. හැබැයි ඇහැට කැමතියි. ඒත් ඇහැ හැදුන හැටි දන්නෙ නෑ. ඇහැ පෙළෙන බව දන්නෙ නෑ. හැබැයි පෙළීමට ප්‍රතිකර්ම කරන කොට සුව බව දන්නවා. ඒ නිසා ලස්සන රූප හොයනවා. ලස්සන රූප බලන්න හරි

කැමතියි. ලස්සන රූප බලන්න, ලබාගන්න දස අකුසලයම වුනත් කරන්න පෙළඹෙනවා. දැන් ඇඟ අසුභයි කියන්නෙ ඇයි? ඇඟේ කබ එන නිසාවත්, කඳුළු ගලන නිසාවත්, ඇඟට ලෙඩ හැදෙන නිසාවත්, වයසට යනකොට ඇඟ පේන්නෙ නැතුව යන නිසාවත් නෙවෙයි. ඒ විදිහට අසුභ බලන්න ගියොත් දෙවියන්ගෙ ඇඟ ගැන මොකක්ද කියන්න වෙන්නෙ? **දෙවියන්ගෙ ඇඟේ කබ කඳුළු එන්නෙ නෑ. "ඇහි පිය ගහන පමණින් නොවෙති දෙවඟන" කියලයි කියන්නෙ. දෙවියන්ට ඇස් දැවිල්ලක් නැති නිසා ඇහි පිය ගහන්නෙ නෑ. එහෙනම් දෙවියන්ට මේ දිරන කුණු වෙන කය දිහා බලල අසුභය වඩන්න බෑ.**

එතකොට අපිට කියන්න වෙනවා, මනුස්ස ලෝකෙ තමයි ප්‍රශ්නෙ තියන්නෙ, දිව්‍ය ලෝකෙ ප්‍රශ්නයක් නෑ, නිවන් දකින එක පැත්තක තියල දිව්‍ය ලෝකෙ ගියා නම් හරි කියල. දෙවියන්ගෙ සංඛාර වැඩ පිළිවෙල ගැන මොකක්ද කියන්න තියෙන්නෙ? ඒකත් ඉතින් අට්ටීයති හරායති ජිගුච්චති කියන එකටම තමයි වැටෙන්නෙ. ඇට වගේ කිසිම හරයක් නෑ, පෙළෙනවා. ඒ ගැන ලැජ්ජා විය යුතුයි. හරියට මළ මුත්‍රවලට කැමති වෙනව වගේ කියල තමයි දේශනාවෙ සඳහන් වෙන්නෙ. දෙවියන්ටයි අපිටයි අසුභය වඩන්න තියෙන්නෙ එකම ක්‍රමයයි. අද වෙනකොට ඒ ක්‍රමය වැහිල ගිහින්. අද අපි අසුභ දකින්නෙ කයේ කැත කුණු ජරාව, මළ මුත්‍ර, සෙම් සොටු, කෙළ, සැරව, දහදිය, කබ කඳුළු, කලාඳුරු, වමනය... ආදිය දැකල. **මේ කය පෙළීමට පත්වන නිසයි අසුභ. පෙළීමට පත් වෙන කයක් හදාගත්ත නිසයි අපි ආස්වාද විඳින්නෙ. ඒ ආස්වාදය නිසා මේ කය සුභයි කියල ගන්නවා. ආදීනවය වැහෙනවා.** ආදීනවය හරියට දකින්න නම් මේ පෙළීම සමනය කරගන්න ඕන.

අපේ කර්මජ කය හැදිල තියෙන්නෙ පෙළෙන විදිහට. කර්මජ කය සකස් වෙලා තියෙන්නෙ වේදනා, සංඥා දැනෙන විඤ්ඤාණය නමැති දැනෙන ස්වභාවය ඇති නාම ධාතුවක් සමග එකතු වෙලා. විඤ්ඤාණ ධාතුවයි, කය නමැති රූප ධාතුවයි එකතු කරන ක්‍රමයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ නාම ධාතුවට රූප ධාතුව සම්බන්ධ කරන ක්‍රමයක් තියෙනවා. වෙන්ව සම්බන්ධ කරනව කියලයි කියන්නෙ. ඒකට කියනවා විප්පයුත්ත ප්‍රත්‍යයෙන් එකතු වෙනව කියල. පටිසන්ධියෙදි කර්මජ රූපය තමයි ඉස්සෙල්ලම හැදෙන්නෙ. අපි යම් ආස්වාදයක් බලාපොරොත්තු වුනා නම් ඒකට හරියන කයක් තමයි ලැබෙන්නෙ. පෙළීමක් නැතුව යම් කිසි ක්‍රියාවලියක් කරල සුවයක් ලබන්න බැරි නිසා, පෙළීමට හේතු කාරක වන කයක් තමයි ලැබෙන්නෙ. මේ කියන්නෙ, ලැබෙන කයේ හැටි මිසක් තමන්ට ඕන ජාතියේ කයක් තමන්ගෙ කැමැත්තට ලැබෙනවා කියන එක නෙවෙයි.

දැන් මේ කර්මජ කයේ කර්මජ ස්නායු පද්ධතියක් තියෙනවා. ඒක හැදිල තියෙන්නෙ එක පැත්තකට ඇඹරිලා තෙරපිලා තියෙන විදිහට. ඒක අපි හිතල හදන එකක්නෙවෙයි, කර්ම ශක්තියෙන් හැදෙන එකක්. ඒ තෙරපීම ඇඹරීම සහිත කර්මජ ස්නායු පද්ධතියත් සමග බැඳෙන විඤ්ඤාණ ධාතුවත් තෙරපිලා ඇඹරිලා යනවා. මේ ස්වභාවය නිසා සත්ත්වයාට වෙහෙසක්, පෙළෙන ස්වභාවයක් දැනෙනවා. මේ කර්මජ කයට අනුකූලව ඒකෙ ආකෘතියක් විදිහට තමයි මස් ලේ කය හැදිල තියෙන්නෙ. මස් ලේ කයේ ස්නායු පද්ධතියත් ඒ විදිහට තෙරපිලා ඇඹරිලා තමයි හැදිල තියෙන්නෙ. මේ ස්නායු පද්ධතිය උපක්‍රමයෙන් නැවත ලිහිල් කරන්න පුළුවන් විදිහට තමයි හැදිල තියෙන්නෙ. දැන් සංඛාරයක් වඩන කොට, ඒ කියන්නෙ උපක්‍රමයක් යොදන කොට ඒක ලිහිල් වෙනවා. එතකොට ඒ වෙලාවට සුවයක් දැනෙනවා. ඊට පස්සෙ නැවතත් කලින් තිබුන වගේ ඇඹරිලා තෙරපිලා සකස් වෙනවා. එතකොට නැවතත් පෙළෙනවා, අපහසුතාවයට පත් වෙනවා. දැන් නැවත ලිහිල් කරන්න සංඛාරයක් වඩන්න ඕන. නැවත ලිහිල් වෙන කොට සුවයක් දැනෙනවා.

මොකද වුනේ? දැන් ආස්වාද විඳින්න නම් නැවත නැවත පෙළීමට පත් වෙන්න ඕන ගතක් හිතක් තමයි කර්ම ශක්තියෙන් හදල දුන්නෙ. ඉතින් අපි මේක නොදන්න නිසා අවිද්‍යාවෙන් ආස්වාද සුවය නැවත බලාපොරොත්තු වෙමින් ලෝකය අල්ලගෙන බඳාගෙන ඉන්නවා. ඒ නිසා කර්ම ශක්තිය විසින් නැවත පෙළෙන එකක් හදල දෙනවා. එකක් මැරෙන කොට තව එකක් ලැබෙනවා. හරියට චක්‍රයක් වගේ සංසාර ගමනක් දුක් විඳිමින් යනවා.

යථාර්ථය නොදැන ආස්වාදය බලාපොරොත්තු වෙනතාක් කල්, ඇඹරිච්ච තෙරපිච්ච ස්නායු පද්ධතියකින් යුතු ඉන්ද්‍රිය පද්ධතියක් සහිත කයක් ලැබෙනවා. ඇඟේ තියෙන ස්නායු පද්ධතියත් ඔය වගේ ඇඹරිච්ච තෙරපිච්ච පෙළෙන එකක්. කර්මජ ස්නායු පද්ධතිය කර්මජ කයේ තියෙනවා. ඒක විඤ්ඤාණ ධාතුවත් එක්ක එකතු වෙලා අදාළ ගති ලක්ෂණයට අනුව දැනීමක් උපදවනවා. හැම වෙලාවකම අසහනයකින් පෙළෙනවා. මොකක් නිසාද? අර හැදිල තියෙන ස්නායු පද්ධතිය ඇඹරිලා තෙරපිලා තියෙන නිසා රළු විදිහට සංඥාවක් නිකුත් කරනවා. ඒක මනසට දැනෙන්නෙ අසහනයක් විදිහට. මේක ප්‍රබෝධ කරන්න නම්, මේ ඇඟ යම් ගතියකට අනුකූලව යම් ප්‍රියමනාපයක් බලාපොරොත්තු වුනාද, අන්න ඒ ගතියට අදාළ ප්‍රියමනාප දේ ඇඟට අරමුණු වෙන්න ඕන. එතකොට අර ස්නායු පද්ධතිය ලිහිල් වීමෙන් රළු බව අඩු වෙලා යනවා. දැන් හරි ලස්සන රූපයක් දැක්ක කියල සුවයක් විඳිනවා. ඒ කියන්නෙ අර පෙළීම අඩු වෙනකොට ලස්සන රූපයක් දැක්ක කියල රැවටෙනවා.

කනත් එහෙමයි. ඒකත් ඇඹරිච්ච තෙරපිච්ච පෙළෙන ස්නායු පද්ධතියකින් යුක්තයි. තමන්ගෙ ගතියට අනුකූල ප්‍රිය මනාප ශබ්දයක් එනකොට ස්නායු පද්ධතිය ලිහිල් වෙනවා. ඒක මිහිරි ශබ්දයක් විදිහට මනසට දැනෙනවා. සුවයක් විඳිනවා. හැබැයි තිබුනෙ පෙළීමක්. ඒක වැටහෙන්නෙ නෑ. ලිහිල් වුනාම සමතුලිත වෙනවා. ඒත් ටික වෙලාවකට විතරයි. දැන් ලිහිල් වුනාට පස්සෙ ඒකෙන් නැවත ආස්වාද විඳින්න බෑ. නැවත ආස්වාද ගන්න නම් හදල තියෙන ක්‍රමය තමයි, අර ස්නායු පද්ධතිය නැවත අඹරල තෙරපල පෙළෙන විදිහට සකස් වෙන්න ඕන. ඒක හිතල කරන්න ඕන නෑ. කර්ම ශක්තිය විසින් කරල දෙන එකක්. නැවත ගතියට අදාළ ප්‍රියමනාප ශබ්දයක් අරමුණු වෙනකොට සුවයක් දැනෙනවා. නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන අනෙකුත් ඉන්ද්‍රිය පද්ධතියත් ආස්වාද විඳින්න සකස් වෙලා තියෙන්නෙ ඔය විදිහට තමයි.

දැන් මේ ඉන්ද්‍රියන්ට, ගතියට අනුකූලව ප්‍රිය මනාප නොවන එකක් අරමුණු වුනොත් මොකද වෙන්නෙ? දැන් අර ඇඹරිලා තෙරපිලා තියෙන ස්නායු පද්ධතිය තව දුරටත් ඇඹරීමකට තෙරපීමකට ලක් වෙනවා. ලිහිල් වෙන්නෙ නෑ. ☞

එතකොට ඒක දුක් වේදනාවක් විදිහට ඒ ඉන්ද්‍රියන් ඇසුරු කරන විඤ්ඤාණ ධාතුව දැනීමක් උපදවනවා. සත්ත්වයා තව දුරටත් පෙළීමකට ලක් වෙනවා. ඒ තමන් පෙර කරපු පාප කර්මයක විපාකයක්. ඒ වගේම ප්‍රිය මනාප යමක් අරමුණු වෙන්නෙත් සත්ත්වයා පෙර කරපු පුණ්‍ය කර්මයක විපාකයක් විදිහට. මේ විදිහට තමයි සත්ත්වයාට විපාකයක් විදිහට සැප වේදනාවක් හෝ දුක් වේදනාවක් හටගන්නෙ. සත්ත්වයා දුක් වේදනාවට කැමති නෑ. ඒක නැවත බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ නෑ. හැබැයි පාප කර්මයක් කළොත් කවද හරි ඒකට දුක් විපාකයක් හිමි වෙනවා. ඒ වගේම ලෝක සත්ත්වයා සැප වේදනාවට හෙවත් ආස්වාදයට කැමතියි. පුණ්‍ය විපාකයක් විදිහට තමයි ආස්වාදයක් ලැබෙන්නෙ. ඒක නැවත නැවත බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඒ කෙරෙහි අවිද්‍යාවෙන් යුතුව රාගයෙන් බැඳෙනවා. අවිද්‍යාව කිව්වෙ සිවු අරිසස් පිළිබඳ ඥානයක් නැති බව. ඒ නිසා ආස්වාදය බලාපොරොත්තුවෙන් අනන්ත සසර ගමනක යෙදෙනවා. ආදීනවය වැටහෙන්නෙ නෑ. තාවකාලික සැපයක් නිසා සදාකාලික දුකකට කොටු වෙනවා.

දැන් ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන සියල්ල සුභයි කියල අරගෙන තියෙන්නෙ ඔන්න ඔය විදිහට ආස්වාද විඳින්න. මේවා සුභයි කියල ගන්න සුදුසු ඒවා නෙවෙයි. **කය අසුභයි කිව්වම මිනිස් කය විතරක් නෙවෙයි, දෙවියන්ගෙ වුනත් බ්‍රහ්මයන්ගෙ වුනත් කාගෙ වුනත් කය හැදිල තියෙන්නෙ ඔය විදිහට පෙළීමක් තුලින් ආස්වාද විඳින්න.** සුභයි කියල ගන්න හේතුව මොකක්ද? කයේ පෙළීම සංසිඳෙන කොට ඇති වෙන වෙනස, නැත්නම් ආස්වාදය නිසා මේ කය සුභයි කියල අරගෙන තියෙනවා. ඒකට ලොකු වටිනාකමක් දීල රැවටිලා නැවත ඒ සුවය බලාපොරොත්තු වෙනවා. මේ බලාපොරොත්තුව තියෙනකල් ඊට අනුකූලව සුද්ධාෂ්ටක සකස් වෙලා භ්‍රමණය වෙමින්, පෙළෙන විදිහට සකස් වුන කයක් කර්ම ශක්තියෙන් හදල දෙනවා. දැන් හැම තිස්සෙම රැවටිලා ප්‍රිය මනාප ඔපයක් බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඔප වෙන හරිය ලස්සනට හැඩ ගැහිල පේන්න තියෙනවා. ඔප නැති කොටස් ඇතුලට දාල වහල තියෙනවා. ඒ විදිහට ඔප වෙලා හැඩ ගැහිල කෑලි කෑලි එකතු වෙලා එකක් විදිහට පේන්න හැදිල තියෙනවා. ඝන සංඥාවෙන් ඒවට රැවටිලා සතීභවන දේවල්වලින් ආස්වාද විඳින්න පුරුදු වෙලා තියෙනවා. ඒ නිසා තමයි සතීභවන දේවල් බෙදල පෙන්වන්නෙ මායා දර්ශන කියල. ඒවායේ අල්ලන්න වටින දෙයක් නෑ කියල දැනගන්න කියන්නෙ ඒකයි.



එක්තරා රූප සම්පිණ්ඩනයකට තමයි අපි රැවටිලා ලස්සනයි කියල හිතාගෙන ඉන්නෙ. රූප පොදියක ස්වභාවය තමයි අපි ප්‍රියයි මනාපයි කියල ගන්නෙ. රූපයක් කියන්නෙ ඝන සංඥාවෙන් ගත යුතු එකක් නෙවෙයි. කෑලි එකතු වෙලා තියෙන පොදියක් නිසයි වෙන් කරල බලන්න කිව්වෙ. කෑලි කෑලි වෙන් කරල බලන විවිධ ක්‍රම පෙන්වා තියෙනවා. කෙස් ටික වෙන් කරන්න. ලොම් ටික වෙන් කරන්න. නිය පොතු ටික වෙන් කරන්න. දත් ටික වෙන් කරන්න. හම වෙන් කරන්න. චිකේයි කියන්නෙ නැතුව මේවා ඔක්කොම වෙන වෙනම පැත්තක තිව්ව හැටියට හිතින් බලන්න. ප්‍රියයි මනාපයි ලස්සනයි කියල ඝන සංඥාවෙන් ගත්ත රූපය දැන් කෝ? රන් කඳ කියල කියපු රූපය දැන් කෝ? වෙන් කරපු කෙස් ටිකේ රන් කඳ නෑ. වෙන් කරපු ලොම් ටිකේ රන් කඳ නෑ. නිය පොතු ටිකෙත් රන් කඳ නෑ. දත්වලත් නෑ. හමෙත් නෑ. අනිත් ටික බලන්න දේකුත් නෑ. දැන් මහා භයානක මස් වැදැල්ලක් විතරයි තියෙන්නෙ. ඔය මස් වැදැල්ල තුල තමයි මස්, නහර, ඇට, ඇට මිදුළු, වකුගඩු, හදවත, පිත, සෙම්, සැරව, ලේ... ආදිය තිබුනෙ. ඔය ටික ඔක්කොම එකතු කරල පහකින් වහල ඔප් නැංවුනා. දැන් රන් කඳ හැදුනා. හැදුනෙ ඔය කෑලි ටික එකතු වෙලා. රූ ඔප් නැංවිලා තියෙන්නෙ ඔය විදිහට.

තවත් සියුම් ආකාරයකට ඔය ටික බලන්න ක්‍රමයක් තියෙනවා. ඔය ඔක්කොම ටික ගොඩවල් හතරකට බෙදනවා. ආපෝ ධාතුව කියල වැගිරෙන ඇලෙන කොටසක් තියෙනවා. තේජෝ ධාතුව කියල උෂ්ණ කොටසක් තියෙනවා. වායෝ ධාතුව කියල සැලෙන නැමෙන කොටසක් තියෙනවා. පඨවි ධාතුව කියල තද කොටසක් තියෙනවා. මේ විදිහට කොටස් හතරකට වෙන් කළාම කෝ අර ඝන සංඥාවෙන් ලස්සනයි කියල ගත්ත රූපය? එහෙම එකක් එතන නෑ. කොටස් හතරක් එකතු වෙලා විවිධ රූප හැදිල තියෙනවා. ඔය විදිහට ධාතු හතරක් එකතු වෙලා රූ ඔප් නැංවිලා තියෙනවා. මේ කෑලි ටික එකතු වෙලා පෙළෙන කයක් හැදිල තියෙනවා. පෙළීමට ප්‍රතිකර්ම කරන කොට අපි සංඛාර දුකක් විඳිනවා. පෙළීම කියන්නෙ දුක්ඛ දුක්ඛය. පෙළීමට ප්‍රතිකර්ම කිරීම සංඛාර දුක්ඛය. සංඛාර දුකක් විඳිමින් සංඛාරයක් කරන කොට ඇති වෙන වෙනස සුවයක් විදිහට දැනෙනවා.

ඇත්තටම මෙතන සුවයක් නෙවෙයි තියෙන්නෙ. පෙළීමක් හා ඒකට කරන ප්‍රතිකර්මයක්. එහෙම නැත්නම් දුක් දෙකක් ඔතන තියෙනවා. දුක්ඛ දුක්ඛයෙන් පෙළෙන කොට සංඛාර දුක්ඛයෙන් ප්‍රතිකර්ම කරනවා. සමතුලිත වෙනකල් සුවයක් තියෙනවා. ඊට පස්සෙ සුව දැනෙන්නෙ නෑ. සුවය කියල කිව්වෙ රැවටීමක්. මේ රැවටීම නිසා තමයි සුව හොයාගෙන යන්නෙ. පෙළීම දැක්ක නම්, ඒ වගේම පෙළීමට ප්‍රතිකර්ම කරන කොට එන සුවයක් විතරයි කියල දැක්ක නම්, මේක දුක් දෙකක් බවත්, ☞

දුකෙන් තොර ලෝකයක් නැති බවත් දකිනවා. ලෝකයේ ඉන්නකල් මේ දුකෙන් මිදෙන්න බැරි බව දකිනවා. මුළාවෙන් මිදිල යනවා. හැබැයි මේ කිව්වෙ සැප වේදනාවක් නෑ කියල එහෙම නෙවෙයි. යථාර්ථවත් ඇත්ත දකින හැටියි මේ පෙන්වා දුන්නෙ.

එතකොට මොකද වෙන්නෙ? යම් කිසි රාග විඤ්ඤාණයක් අවිද්‍යාවෙන් ගොඩ නැගිල තිබුන නම්, එහෙම වුනේ මේ ඇත්ත නොදැක්ක නිසා. දහමට අනුකූලව පෙළෙන කය අසුභයි කියල දැන් වැටහෙන්න ගන්නවා. මේ **කයේ තියෙන කැත කුණු ජරාව නිසා නෙවෙයි කය අසුභයි කියල දකින්නෙ. එහෙම දැක්කොත් ඒ කෙරෙහි පිළිකුලක්, ද්වේශයක් ගොඩ නැගෙනව මිසක් ලෝකයෙන් මිදෙන්න බෑ.** ඇත්ත දැක්කට පස්සෙ මේ කයේ කැත කුණු ජරාව ගැන මධ්‍යස්ථ වෙනවා. උපේක්ෂාවට පත් වෙනවා.

බුදු පියාණන් වහන්සේ මේ කය කෑලිවලට බෙදල වෙන් කරල බලන්න කිව්වෙ, චික්කේයි කියල නෙවෙයි. <u>මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ</u> කායානුපස්සනාවේ පටික්කූලමනසිකාර පබ්බය යටතේ ඒ පිළිබඳව මේ විදිහට සඳහන් වෙනවා.

සෙය්‍යථාපි භික්ඛවේ උභතෝ මුඛා පුතොළී පූරා නානාවිහිතස්සධඤ්ඤස්ස, සෙය්‍යථීදං සාලීනං වීහීනං මුග්ගානං මාසානං තිලානං තණ්ඩුලානං, තමේනං චක්ඛුමා පුරිසෝ මුඤ්චිත්වා පච්චවෙක්ඛෙය්‍ය : "ඉමේ සාලී, ඉමේ වීහී, ඉමේ මුග්ගා, ඉමේ මාසා, ඉමේ තිලා, ඉමේ තණ්ඩුලා ති ඒවමේව ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ඉමමේව කායං උද්ධං පාදතලා අධෝ කේසමත්‍ථකා තචපරියන්තං පූරං නානප්පකාරස්ස අසුචිනෝ පච්චවෙක්ඛති : අත්‍ථි ඉමස්මිං කායේ කේසා ලෝමා නඛා දන්තා තචෝ...

සිංහල පරිවර්තනයේ මේ විදිහට දක්වා තියෙනවා.

මහණෙනි, දෙ පසින් මුව දෙකක් ඇති මල්ලක්, හැල් වී, මා වී, මුං, මෑ, තල, සහල් යන නන් වැදෑරුම් ධාන්‍යයෙන් යම් සේ පිරුණේ වේද, ඇස් ඇති පුරුසයෙක් ඒ මල්ල ලිහා ඒ හැම ධාන්‍ය බලා, මේ හැල් වීය, මේ මා වීය, මේ මුංය, මේ මෑය, මේ තලය, මේ සහල් යැයි ඒ ඒ ධාන්‍ය වර්ග වෙන් කොට සළකා බලන්නේද, එපරිද්දෙන්ම මහණෙනි, මහණ තෙම මේ කයෙහි පතුලෙන් උඩ කෙසඟින් යට සම කෙළවර කොට ඇති නන් අයුරු අසූචියෙන් පිරී සිටි මේ සිරුරම නුවණින් සළකා බලයි. කෙසේද? මේ කයෙහි කෙස් ය, ලොම්ය, නියය...

ඇස් ඇති පුරුෂයෙක් වහපු මල්ලක් ඇරල ඇතුලෙ තියෙන දේවල් වෙන් කරල බලන විදිහට මේ කෙස්, ලොම්, නිය, දත් හා සමෙන් වැසුණු කයේ තියෙන කොටස් වෙන් කරල බලන්න කියලයි දේශනා කරල තියෙන්නෙ. **සුචි කියන්නෙ චිත්තයට සුවයි කියන එක. අසුචි කිව්වෙ චිත්තයට සුව නෑ කියන එක. මෙතැන අසුචි විදිහට බලන්න කියල තියෙන්නෙ හිතට සුවයක් නොදෙන හරයක් නැති දෙයක් කියන අර්ථයෙන් මිසක්, කැතයි ගඳයි පිළිකුලයි කියන අදහසින් නෙවෙයි.** මේ උපමාවෙ කොහේවත් චික්කේයි කියන ඒවා නෑ. එහෙම අදහසක් දෙන්න ඕන නම් ගන්න තිබුනෙ මේ බලු බෙටි, මේ බළල් බෙටි... ආදී වශයෙන් පිළිකුල් කරන දේවල්. නමුත් මේ උපමාවට අරගෙන තියෙන්නෙ ඇල් වී, මා වී, මෑ, තල, සහල්... ආදිය. එහෙනම් චික්කේයි කියල බලන්න නෙවෙයි දුන්නෙ, වෙන් කරල බලන්න. කෑලි වෙන් කළාම දකිනවා, එකාකාරව ඝන සංඥාවෙන් දැක්කෙ කොටස් එකතු කරපු මායාවක් බව.

එහෙනම් මේ මායා දර්ශන මිසක් ලෝකයේ හරයක් තියෙන වටිනා දෙයක් නැති බව දකිනවා. ඒක දැක්කට පස්සෙ අවබෝධ වෙනවා, මේ අපි රවට්ටන දේවල් මිසක් ලස්සන කියන්නෙ වෙන මොනවද කියල. මේවා නිසා බලවත් කරගත්ත විඤ්ඤාණ අපි ළඟ තියෙනවා. ඒ ඔක්කොම මුළාවෙන් හදාගත්ත බලවත් කර ගත්ත ඒවා. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කරණය කරමින් ආහාර දීල බලවත්ව ගොඩ නගා ගත්ත ඒවා. කහට ගැනුණු කිලිටි වෙච්ච විඤ්ඤාණ කිව්වෙ ඕවට. ඒවා මුල් කරගෙන තමයි තණ්හා උපාදාන හදාගන්නෙ. සත්‍යය දකින කෙනෙක් මේ පෙළෙන කය සංසිඳවන්න උත්සාහ කරනවා. පෙළීම නතර වෙනකොට ආස්වාද සොයමින් ලෝකය පස්සෙ යෑම මුළාවක් බව දැනිල ලෝකයට තියෙන ඡන්ද රාගයෙන් මිදිල යනවා. කය සමතුලිත වීම තුලින් සම්මා සමාධියට පත් වෙනවා. පෙළීම ක්‍රමයෙන් සංසිඳිල ගිහින් විඤ්ඤාණ නිරෝධ වෙමින් කායානුපස්සනාව වැඩෙනවා. රූපස්කන්ධයට තියෙන රාගයෙන් මිදිල යනවා.

ඒ වගේම මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ කායානුපස්සනාවේ ධාතුමනසිකාර පබ්බය යටතේ ඒ පිළිබඳව මේ විදිහට සඳහන් වෙනවා.

සෙය්‍යථාපි භික්ඛවේ දක්ඛෝ ගෝ ඝාතකෝ වා ගෝ ඝාතකන්තෙවාසී වා, ගාවිං වධිත්වා චාතුම්මහාපථේ බීලසෝ විභජිත්වා නිසින්නෝ අස්ස, ඒවමේව ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ඉමමේව කායං යථාඨිතං යථාපණිහිතං ධාතුසෝ පච්චවෙක්ඛති : අත්ථි ඉමස්මිං කායේ පඨවි ධාතු ආපෝ ධාතු තේජෝ ධාතු වායෝ ධාතු ති.

සිංහල පරිවර්තනයේ මේ විදිහට දක්වා තියෙනවා.

මහණෙනි, යම් සේ දක්‍ෂ ගෝ ඝාතකයෙක් හෝ ගෝ ඝාතකයෙක්හුගේ අතවැස්සෙක් හෝ දෙනක මරා සතරමං හන්දියක කොටස් වශයෙන් වෙන් කොට බෙදා හුන්නේ වේද, මහණෙනි, එපරිද්දෙන්ම මහණ තෙම මේ සිරුරම සිටි පරිදි, පිහිට වූ පරිදි, "මේ කයෙහි පඨවි ධාතුව ඇත, ආපෝ ධාතුව ඇත, තේජෝ ධාතුව ඇත, වායු ධාතුව ඇතැ" යි ධාතු වශයෙන් පස් විකයි (නුවණින් බෙදා බලයි.)

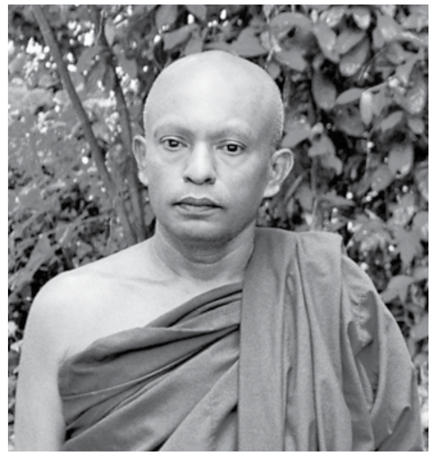
ධාතු මනසිකාර පබ්බය යටතෙත් පෙන්වල තියෙන්නෙ කොටස් වශයෙන් වෙන් කරල බලන්න කියල. ඒ තුලින් රූපස්කන්ධය නමැති මායාවට තියෙන ඡන්ද රාගය දුරු වෙනවා. කායානුපස්සනාව වඩන්න පුළුවන් සිවු අරිසස් දැකපු, ඒ කියන්නෙ සෝතාපන්නවත් වෙච්ච ආර්ය ශ්‍රාවකයෙකුට විතරයි. කායානුපස්සනාව අයිති වෙන්නෙ සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මවලට. ඒ නිසා සෝතාපන්න නොවුණු කෙනෙකුට මේ ක්‍රමය වැටහෙන්න හේතු නෑ. පටිච්ච සමුප්පන්නව රූප ගොඩ නැගෙන හැටි, ඒ කියන්නෙ හේතු ගැලපිලා එකතු වෙලා ඵලයක් හැදෙන හැටි අවබෝධයක් නැති පෘතජ්ජනයෙකුට මේක වඩන්න බෑ. ඔවුන් කයේ කුණු වීම, දිරා යාම බලමින් ඉන්නව මිසක් ඵලයක් ලබන්නෙ කොහොමද?

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර හිමිපාණන් විසින් දේශිත සැගවුණ දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

චතුර හිඳුරංගලගේ
නුගේගොඩ
0777 302407

අභයරතනාලංකාරය - 68

දුර්ලභ වූ යතිවර ගුණ



- වහරක අභයරතනාලංකාර හිමි

සැඟව ගිය බොදු මග යළි මතු කළ යතිවරයාණන්ගේ සමු ගැනීමේ සිද්ධිය සමාධියෙන් දුටු තවත් ගුණ වැඩූ ගිහි පැවිදි පින්වතුන්ගේ සුවිශේෂීය අත්දැකීම් කිහිපයක් මේ කලාපයෙන් ඉදිරිපත් කරන්න සූදානම්ව සිටියත්, උන්වහන්සේ ජීවමානව වැඩ විසූ අවසන් කාල වකවානුවේ ප්‍රතිකාර ලැබූ රෝහල් කාර්ය මණ්ඩලයේ තවත් හෙද නිලධාරීන් කිහිප දෙනෙක්, උන්වහන්සේ වෙතින් නිරීක්ෂණය කළ තවත් විශේෂ සහ දුර්ලභ ගුණාංග කිහිපයක් හෙළිදරව් කිරීම නිසා ඒ තොරතුරු මුලින්ම ඉදිරිපත් කරන්න තීරණය කළා.

හැබැයි ඉතිං මේ කාරණා බොහොම ස්වාධීනවත් මධ්‍යස්ථවත් ලබාගන්න ඕන නිසා මම ඒ අයගෙන් ඉල්ලා සිටියේ, අභයරතනාලංකාර හිමියන් වෙතින් නිරීක්ෂණය කළ, මේ කාලයේ සාමාන්‍යයෙන් වෙනත් අයගෙන් දකින්න නොලැබෙන විශේෂ ලක්ෂණ තිබුන නම් කියන්න කියල. මොකද හැමෝගෙම පොදුවේ දකින්න තියෙන ලක්ෂණ නම් ඒවා විශේෂ ලක්ෂණ නොවන නිසා අමුතුවෙන් කියන්න අවශ්‍ය නෑ. එහෙම දැනගත්ත කියල අලුතෙන් යමක් ලැබෙන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා අවශ්‍ය වුනේ, මේ සමාජයේ වෙසෙන අනෙක් අයටත් ආදර්ශයක්, ප්‍රයෝජනයක් ලබා ගන්න පුළුවන් ලක්ෂණ තිබුන නම් අන්න ඒවා සටහන් කර ගන්න. ඒ නිසා එහෙම විශේෂ ලක්ෂණ දැක්කද, දැක්ක නම් ඒ විශේෂ ලක්ෂණ විතරක් කියන්න කියලයි මම ඒ පින්වතුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටියෙ. ඒ නිසා මේ කියන කාරණාවලින් **දහමේ එන අධිවාසනා පහාතබ්බ හෙවත් ඉවසීමෙන් පහ කිරීම, ඡන්ද රාගයෙන් තොරව ඇසුරු කිරීම, සංඝනිකා දෝස හෙවත් පෞද්ගලික හිතවත්කම් නැති බව කියන ගුණාංග සහ යම් කිසි අධිමානසික ශක්තීන් උන්වහන්සේට තිබූ බව පැහැදිලි වෙනවා.**

ඒ රෝහලේ රුධිර කාන්දු කරන අංශයේ ප්‍රධාන හෙද නිලධාරිනිය තමන්ගෙ අත්දැකීම් මේ විදිහට හෙළිදරව් කළා.

"උන්වහන්සේට ඉතිං අවසාන කාලයේ තිබුනෙ බොහොම දරුණු කායික අසනීප. අවසානය දක්වාම අපිට දකින්න ලැබිච්ච විශේෂ ලක්ෂණය තමයි වෙනත් රෝගීන් වගේ අනෙක් අයට බනින්නෙ කෑ ගහන්නෙ නැතිව ඉවසගෙන දරාගෙන ඉඳීම. සාමාන්‍ය රෝගීන්ට දැනෙන කායික වේදනාව උන්වහන්සේගෙන් පෙනුනෙ නෑ. සමහරවිට උන්වහන්සේට රිදෙන්නත් ඇති. ඒත් තිබිච්ච අධ්‍යාත්මික ශක්තිය නිසා දරාගෙන ඉන්න ඇති. ඉතිං ඔය තරම් අසනීපයක් තිබිලත් එහෙම දරාගෙන ඉන්න නම් හොඳ ඉවසීමක් තියෙන්න එපැයි.

මේ රෝගී තත්ත්වය සම්බන්ධයෙන් අපි දීපු විවිධ උපදෙස් උන්වහන්සේ පොඩි දරුවෙක් වගේ පිළිගත්තා. ඒ ප්‍රතිකාර කටයුතු කරන වෙලාවන්වලදී අපිට කිසිම අපහසුතාවයක් ඇති නොවෙන්න සහයෝගය දුන්නා. මොකද එක විදිහට පැය 4 - 5 ක් ඉන්න එකත් ලොකු දෙයක්නෙ. වෙන ලෙඩ්ඩු නම් ඉතිං ඒ වෙලාවට කෑ ගහනවා, බනිනවා. මොකද ඉතිං ඒ වගේ අසනීප දරාගන්න අමාරුයි. ඒත් උන්වහන්සේ කාගෙවත් වැරදි, දොස් කිව්වෙ නෑ. අපි වැඩේ කරල නිදහස් කරන කල් ඒ පැය ගණනම පාඩුවේ ඉන්නවා. ඒ අතර මොනවහරි ධර්මය පැත්තෙනුත් කියනවා. ඇත්තටම උන්වහන්සේට සාමාන්‍ය අයට වඩා විශේෂයෙන් යමක් දකින්න, හුඟක් දුර බලන්න පුළුවන් කියල අපිටත් තේරිච්ච නිසා, අපිත් ඉතින් වැඩ කරන ගමන් ප්‍රශ්න අහනවා. ඉතිං ඒ වෙලාවට ඒ කාරණා ධර්මය පැත්තෙන් හොඳටම පැහැදිලි කරල දෙනවා. පිං පව් කරන ඒවායේ විපාක, අපාය කියන එක ඇත්තද... ඒ වගේ දේවල් උන්වහන්සේ අපිට අත්දැකීම් එක්කම කියල දෙනවා.

උන්වහන්සේ සාමාන්‍ය අයට වඩා විශේෂිතව යමක් දැක්කත්, මට මේ වගේ දේවල් පුළුවන්, මම මෙච්චර දේවල් දකිනවා, මට මෙහෙම ඒවා පේනවා... ආදී වශයෙන් එහෙම විශේෂයෙන් කවදාවත් කියන්න ගියේ නෑ. අපි ඇහුවොත් තමයි මොනව හරි කියල දෙන්නෙ. අපිට ඉතිං හාමුදුරුවො ආශ්‍රය කරන්න ලැබීමත් ලොකු දෙයක්. රුධිර කාන්දු පෙරනය ක්‍රියාත්මක කරන පැය ගණනාවක් තුලම අපිත් එක්ක ඉන්න නිසා අපිට හුඟක් දේවල් දැනගන්න පුළුවන් වුනා. සමහර දවස්වලට මේ සඟරා, පොත්පත් එහෙමත් එවනවා. උන්වහන්සේ ඉතිං අපෙත් විශේෂත්වයක් දකින්න ඇති. මොකද අපිත් ඒ දහමට ලැදි නිසා.

උන්වහන්සේට දානෙ දුන්නත් කිසිම භේදයක් නෑ. අපි දුන්න මොනවහරි දෙයක් වළඳනවා. පොඩි දරුවෙක් වගේ හිනා වෙලා දුන්න දේ බාරගන්නවා. හාමුදුරුවො අපිට වඩා ගුණධර්මවලින් ඉහළ වුනාට, මේ ප්‍රතිකාරවලදී අපි කියන ඒවා හොඳයි කියල හරියට පිළිපදිනවා.

අනෙක් කාරණය තමයි උන්වහන්සේ නිතරම වගේ ආශිර්වාද කරනවා. මම හිතනවා ඒ අතින් අපි හුඟක් වාසනාවන්තයි කියල. මොකද ඒ වගේ කෙනෙක්ගෙන් ආශිර්වාද ගන්න අවස්ථාවක් ලැබීමත් ලොකු දෙයක්නෙ.

මේ රෝහලේ අධිපතිතුමා පෞද්ගලිකවම මැදිහත් වෙලා කැපවෙලා බොහොම ගෞරවයෙන් හාමුදුරුවන්ට සැලකුවා. අන්තිම මොහොතෙත් තත්පරයක් හරි ජීවත් කරවන්න තමයි උත්සාහ කළේ. මොකද උන්වහන්සේව විශේෂ කෙනෙක් කියල දැනගෙන හිටපු නිසා. හැබැයි උන්වහන්සේ කවදාවත් මම අහවලා දන්නවා, ඒ අයගෙ සහයෝගය මට තියෙනවා කියල නිකමටවත් අපිට ඇඟෙව්වෙ නෑ. නමුත් වෙන කෙනක් නම් ඉතින් ඒ වගේ පෞද්ගලිකව දන්නව හඳුනනව නම්, මම අහවල් කෙනා පෞද්ගලිකව දන්නවා, කළමනාකාරීත්වයෙන් මට මෙහෙම සහයෝගයක් තියෙනවා... ආදී වශයෙන් විශේෂයෙන් සලකන්න ඕන කියල වක්‍රව හරි කියනවනේ. නමුත් උන්වහන්සේ කවදාවත් නිකමටවත් එහෙම කිව්වෙ නෑ. අපි උන්වහන්සේගෙ ඒ සම්බන්ධය දැනගෙන හිටියත් ඒව අහන්න ගියේ නෑ. උන්වහන්සේ කවදාවත් අපිට ඒ වගේ දෙයක් ඇඟෙව්වෙත් නෑ. සාමාන්‍ය රෝගියෙක් විදිහට තමයි හිටියෙ. ඒ තරම් නිරහංකාරයි. සමහරවිට අපිට කරදරයක් වෙයි, අපි අපහසුතාවයට පත්වෙයි කියලද දන්නෙ නෑ. කොහොම හරි ඒක උන්වහන්සේගෙ අති විශේෂ ගුණයක් හැටියට මම දකිනවා.

ඉතිං උන්වහන්සේගෙ සමු ගැනීම ගැන අපිට හරිම දුකයි. අපවත් වුනා කියන එක විස්වාස කරන්නත් බෑ වගේ. ඒකෙන් සාමාන්‍ය අයට තමයි හුගක් පාඩු වුනේ. උන්වහන්සේ කියල තිබුනා, පෙර අත්බැව්වල කරපු කර්ම විපාක අන්තිම අත්බැව ඉවර වෙනකොට ඔක්කොම ඇදිල එනව කියල. වකුගඩු ආබාධය සනීප වෙලා හොඳට ඉන්නකොට එකපාරටම කනේ අමාරුවක් ආවනේ. උන්වහන්සේ කියපු ඒ කාරණා ඇත්ත කියන්නෙ, ලෝකයේ ඉන්න දක්ෂ වෛද්‍යවරු ගෙන්වල උත්සාහ කළත් සාර්ථක වුනේ නෑ. හාමුදුරුවො කිව්ව වගේ ඒ අවස්ථාව මගහරින්න බැරි වුනා. ලොකු කර්මයක් තමයි ඉවර කරගත්තෙ."

ඊළඟට වකුගඩු බද්ධ කිරීමේ ඒකකයේ හෙද නිලධාරිනියක් තමන්ගෙ අත්දැකීම් හෙළි කළේ මේ විදිහට.

"උන්වහන්සේගේ සාමාන්‍ය කතාව ගොඩක් සීමා සහිතයි. හැබැයි අපිත් එක්ක ගොඩක් දේවල් කතා කළා. ඒවා ධර්මානුකූල දේවල් මිසක් අනවශ්‍ය දේවල් නෙවෙයි. වකුගඩු බද්ධ කරපු මුල් දවස්වල උන්වහන්සේ නැවතිලා හිටපු ප්‍රධාන වාට්ටුවට විවිධ පළාත්වලින් දුරකතන ඇමතුම් එනවා. මාතරින්, ගාල්ලෙන්... ආදී ප්‍රදේශවලින් කියල කතා කරනවා. ලක්ෂ ගානක් වුනත් කමක් නෑ, අපි බිල ගෙවන්නම් කියනවා. මම කිව්ව ඉතිං, අපේ රෝහල් අධිපතිතුමාම බිල ගෙවන නිසා ඒකෙ ප්‍රශ්නයක් නෑ කියල. ඒ පාර, අනේ මොනව හරි ඕන නම් පැහැර හරින්න එපා අපි ළඟ සල්ලි තියෙනවා, බේත්වලට හෝ සිවුරු පිරිකරවලට හෝ ඕන නම් කියන්න අපිටත් පිනක් කරගන්න සම්බන්ධ වෙන්න දෙන්න කියල බොහෝ පිරිස් ඉල්ලා හිටියා. එතකොට මම ඉතිං හා කිව්වා. හැබැයි ඒ අයගෙ දුරකතන අංක ඉල්ල ගත්තෙත් නෑ. කවුද කියන්න දන්නෙත් නෑ. මට ටිකක් බයත් හිතුනා. මොකද ගොඩක් අයත් එක්ක එහෙම සම්බන්ධ කරන්න, කතා කරන්න එපා කියල වෛද්‍ය මණ්ඩලයෙනුත් උපදෙස් දීල තිබ්බ්ච නිසා ලොකු විස්තරයක් ගත්තෙත් නෑ. හුගක් අයට ඇතුලට බලන්න එන්න දෙන්නෙත් නෑ. මොකද විසබීජ යන නිසා.

වහරක හාමුදුරුවො ගැන බලන්න හුගක් පළපුරුද්ද තියෙන අය තමයි දැඩි සත්කාර ඒකකයෙන් පත් කළේ. ඒ අය අතරින් මමත් එක්කෙනෙක්. ඒ දවස්වල මම උන්වහන්සේ ළඟ ඉන්න තිබ්බ්ච ආසාව නිසා නිවාඩු ගන්නෙත් නැතිව එක දිගටම වැඩ කළා. දවසක් උන්වහන්සේ පෙරව ගන්න සිවුරක් ඉල්ලුවම, එතනදි පූජ කරල තිබ්බ්ච සිවුරක් අදින කොට ඒක අස්සෙ ලොකු සල්ලි මිටියක් තිබුනා. මම කිව්වා, අපේ හාමුදුරුවනේ අනේ මේකෙ සල්ලි මිටියක් තියෙනවනෙ, මේකට මොකද කරන්නෙ කියල. අනේ මට ඔය සල්ලි මිටියත් එකයි මෙතන කොස් කොළ මිටියක් තිබුන නම් ඒකත් එකයි වටිනාකමක් නෑ කිව්වා. උන්වහන්සේ එහෙම කිව්වම මට පුදුම හිතුනා. මොකද සාමාන්‍යයෙන් වෙන කෙනෙක් නම් කවදාවත් එහෙම කියන්නෙ නැනෙ. ඔක පරිස්සම් කරල තියන්න කියයි, එක්කො කාටහරි බාර දෙන්න කියයි, ඔය වගේ මොනවහරි කියයි. නමුත් උන්වහන්සේ කිව්වෙ, අනේ මට ඕක තිබුනත් එකයි නැතත් එකයි, මට ඕකෙ වටිනාකමක් නෑ කියල. අඩු ගානෙ එතන කීයක් තිබුනද කියලවත් උන්වහන්සේ හෙව්වෙ නෑ. කොහොම හරි ඉතිං වගකිව යුතු කෙනෙක් ඒක අරන් තිව්වා.

හාමුදුරුවන්ට සීනි වැඩිවෙන කොට අපි ඒ සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන ප්‍රධාන වෛද්‍යවරයගෙන් අහල තමයි ඉන්සියුලින් දෙන්නෙ. ඒ දෙනකොටත් මම සමහර දවස්වලට කියනවා, අනේ අපේ හාමුදුරුවනේ අද නම් තිබුනට වඩා සීනි ගොඩක් වැඩියිනෙ, ඉන්සියුලින් කොච්චර දෙයිද දන්නෙ නෑ කියල. දොස්තර මහත්තයව සම්බන්ධ කරගන්න විදිහක් නැනෙ, දැන් ඔබවහන්සේට දානෙ පරක්කු වෙනවනෙ බඩගිනිද කියලත් මම අහනවා. එතකොට, නෑ නෑ කමක් නෑ බලාගෙන ඉමු, කතා කරයිනෙ කියල කියනවා. මොකද සමහර දවස්වලට අධික කාර්ය බහුලත්වය නිසා ප්‍රධාන වෛද්‍යවරයාව සම්බන්ධ කර ගන්න අමාරුයි. ඒ වගේ වෙලාවට එක්තරා සූත්‍රයක් තියෙනවා. අපි ඒකෙන් බෙදල ඒ ඉන්සියුලින් ප්‍රමාණය දීල, කලින් තිබුන ප්‍රමාණයට වඩා සීනි හුගක් වැඩි නම් කොහොම හරි වෛද්‍යවරයව සම්බන්ධ කර ගන්න බලනවා. එතකොට ඉන්සියුලින් දෙන්නත් පෙර උන්වහන්සේ කියනවා, අද මට මෙච්චර ගානක් දෙන්න කියයි කියල. ඉතිං හුගක් වෙලාවට උන්වහන්සේ ගානක් කිව්වම, ඒ ගානම තමයි අන්තිමට දෙන්න කියන්නෙත්. එතකොට අපි කල්පනා කරනවා, අනේ මේ උන්වහන්සේ කොහොමද හරියටම මාත්‍රාවටම ගාන කියන්නෙ කියල. එතකොට වෛද්‍යවරයා කියන්නත් කලින් ඒ මාත්‍රාව මෙච්චරයි කියල කියන්න උන්වහන්සේට හැකියාව තිබුනා. හුගක් දවස්වල 90% ක්ම උන්වහන්සේ කියපු ගානම තමයි දෙන්න කිව්වෙ.

සමහර දවස්වලට උන්වහන්සේ දානෙ අරගෙන පොඩි වෙලාවක් සැතපිලා නැගිට්ටම, මම වෙහෙසයිද කියල අහල, නෑ කිව්වොත් එහෙනම් මට බණ ටිකක් කියන්න හාමුදුරුවනේ කිව්වම කියනවා. ඒත් සමහර වෙලාවට නොනවත්වාම එක දිගටම කියාගෙන යනවා. හැබැයි උන්වහන්සේ නවත්වන්නෙ නැති නිසා, උන්වහන්සේට වෙහෙසයි කියල මට දැනුනොත් මමම නැගිටල යනවා. එහෙම නැත්නම් උන්වහන්සේ දිගටම බණ කියාගෙන යනවා.

වකුගඩු බද්ධ කරල මාස එකහමාරක් විතර රෝහලේ ☞

ඉඳල උන්වහන්සේ යන දවසෙ මට ඇඬුනා. මොකද ඒ කාලෙ රෝහල පැත්තෙන් උන්වහන්සේව බලා ගත්තෙ මම. ඉතිං මම කිව්වා, අනේ මට අද නම් හරිම දුකයි, මම ඔබවහන්සේට සිවුරක් පූජ කරනවා, ඒක ඇඳගෙන ඔබවහන්සේ වඩින්න ඕන කියල. එතකොට හිනා වෙලා හා එහෙනම් ගේන්න කිව්වා. මම ඉතිං වැඩ ඉවර වෙලා ඒ පැත්තෙ තිබ්ච්ච හොඳට තායි සිවුරු මහණ තැනකට ගියා. ඒ අයගෙ මැහුමත් හරි පිළිවෙලයි. 100% ක්ම කපු රෙදි. ඒත් ඉතිං ගෙනාපු පළියට එකපාරටම අඳින්න දෙන්නත් බෑනෙ. ඒ රෙදි කොහොම තිබිල කොහොම ආවද දන්නෙත් නෑ. විසබීජයක් තිබුනොත් එහෙම හොඳ නෑනෙ. ඒ නිසා මම ඒක රෝහලේම රෙදි සෝදන යන්ත්‍රයට දාල වෙනම හේදුවා. ඉතිං භික්ෂූන් වහන්සේලාට කියල වෙනම එකක් නෑ. ඒ නිසා එහෙම හේදුවත් තවත් විසබීජ තියෙයි කියන බයට ජීවානුහරණ යන්ත්‍රයට දාල 100% ක්ම සුද්ධ කරල තමයි ගත්තෙ. එහෙම කරල මම ඒක අරගෙන උදේම උන්වහන්සේට පූජ කරල සිවුර ඇඳ ගන්න කියන්න ගියාම උන්වහන්සේ කිව්වා, නෑ මට අඳින්න කිව්වෙ යනකොටනෙ කියල.



ඉතිං උන්වහන්සේ එතකල් ඒ සිවුර තියාගෙන ඉඳල යන්න ලෑස්ති වෙලා තමයි ඇඳ ගත්තෙ. සිවුරත් ඇඳගෙන මට ඉඳ ගන්න කිව්වා. දැන් ඉතිං මට ඇඬෙනවා. මොකද මම පූජ කරපු සිවුරත් ඇඳගෙන උන්වහන්සේ වඩින්න හදන්නෙ. ඒක මගේ කියල ගන්න හොඳ නෑ තමයි. ඒ වුනාට ඉතිං අපි තාමත් එච්චර දියුණු නෑනෙ. ඉතිං ඉඳ ගන්න, බණ ටිකක් කියල යන්නම් කිව්වම, මම කිව්වා නෑ නෑ හාමුදුරුවනේ මට බණ කියන්න ඕන නෑ, ඔබවහන්සේව එක්කගෙන යන්න පහළට වාහනෙත් ඇවිත්, මෙහේ මිනිස්සුත් බඩු ටික අරගෙන බලාගෙන ඉන්නවා, මම නිසා ඒ හැමෝටම තවත් පරක්කු වෙයි, ඔබවහන්සේගෙ බණ තැටි ටිකයි, පොත්පත් ටිකයි ඔක්කොම මට ලැබුනා, මම ඒ සියල්ල කියවන්නම්, ඔබවහන්සේ වඩින්න කියල. කමක් නෑ පොඩ්ඩක් ඉඳ ගන්න කියල බණ ටිකක් කිව්වා.

මුලින්ම ජීවිතයේ තියෙන අනිච්ච බව, පටිච්චසමුප්පාද ධර්මයත් එක්ක බොහොම ධර්මානුකූලව විස්තර කරල, ඊළඟට මේ වගේ කතාවක් කිව්වා. මම මහණ වුනාට පස්සෙ කාන්තා පක්ෂයේ අය බොහොම දුරින් තමයි ඇසුරු කළේ, ඒත් මගේ අසනීපය නිසා ඔබතුමියට පොඩ්ඩක් හරි ළඟට එන්න ලැබුනා, එහෙම නැතිව වෙනත් කිසිම විදිහකින් මම කාන්තාවො ළඟට යන්නෙ නෑ, ඕනවට වැඩිය කතාබහ කරන්නෙ නෑ කිව්වා. මම ගොඩක් දුරින් කාන්තාවො ඇසුරු කරන්නෙ කිව්වා. දැන් මේ මගේ අසනීපය නිසා මට කරන්න දෙයක් නැතිව ගියා, ඔය නෝන මහත්තය මට හරියට සැළකුවා, හැබැයි කොච්චර සැළකුවත් ආයෙත් කවද හරි අතරමගකදි මුනගැහුනොත් මේ වගේ හිතවත්කමක් නෑ, කතා කරන්නෙත් නැතිවෙයි කිව්වා. කාන්තාවන් එක්ක ඕනවට වඩා මගේ හිතවත්කම් තියෙන්නෙ නෑ, හැබැයි එහෙම කතා කළේ නෑ කියල හිත රිද්ද ගන්නත් එපා, මං ගැන අහිතක් හිතන්නත් එපා, අපිට ඕනවට වැඩිය හිතවත්කම් පවත්වන්න සුදුසු නෑ කියලත් කිව්වා. හිතවත්කමක් නැතුව නෙවෙයි, නමුත් මේ ගමන යන්න නම් අපේ මේ හැසිරීම් රටාව මෙහෙම වෙන්න ඕන කිව්වා.

මම හිතන්නෙ උන්වහන්සේට හිතෙන්න ඇති, මම උන්වහන්සේව නැවතත් දැක්කොත් අර වෙනද වගේ කතාබහ කරල හිනාවෙලා වෙනත් අය වගේ හිතවත් වෙයි කියල. මොකද වෙන කෙනෙක් නම් එහෙමනේ කරන්නෙ. උදව් ගත්තට පස්සෙ රෝහලෙන් පිටවෙලා යනකොට දුරකතන අංකයත් ඉල්ලගෙන, ආයෙ උදව්වක් උපකාරයක් ඕන වුනොත් කියන්නම් කියල තමයි හුඟක් අය යන්නෙ. නමුත් උන්වහන්සේ එහෙම නෙවෙයි කිව්වෙ. ඉතිං මුලින් උන්වහන්සේ, මම එහෙම දෙයක් බලාපොරොත්තු වෙයි කියල හිතල වෙන්න ඇති නැවත රෝහලට ආවත් වෙනද වගේ හිතවත්කමක් නෑ කියල කිව්වෙ. මට කරන්න දෙයක් නැති නිසා තමයි මේ මට්ටමට හරි හිතවත් වුනේ, මම කාන්තාවන් සමග හිතවත්කම් තියාගන්නෙ නෑ කියල, මගේ හිත රිදෙන්නෙ නැති විදිහට තමයි ඒ කාරණය ධර්මානුකූලව තේරුම් කරල දුන්නෙ. මොකද ඉතිං ඕනවට වඩා හිතවත් වීම තුල උන්වහන්සේගෙ ඒ ගමනට බාධාවක් වෙනවනේ. ඒක කෙලින්ම නොකියා මට වැටහෙන විදිහට අර වගේ ධර්මයක් දේශනා කළා.

අපේ අත්දැකීමෙන් දන්නවා, වෙනත් අය නම් ඉතිං පුළුවන් තරම් හිතවත් වෙන්න තමයි බලන්නෙ. ඒ කියන්නෙ මම අනිත් රෝගීන්ට දොස් කියනව නෙවෙයි. නමුත් අද කාලෙ සාමාන්‍යයෙන් කෙනෙක්ගෙ ස්වභාවය ඒකයි. නමුත් උන්වහන්සේ එහෙම නෑ. මම කිව්ව ඉතිං ඔබවහන්සේ මට කතා කළත් කමක් නෑ, නැතත් කමක් නෑ, අහක බලාගෙන ගියත් කමක් නෑ, මම ඔබවහන්සේට ඇප උපස්ථාන කරල ලොකු පිනක් කරගත්තනේ කියල. ඉතිං ඒ වුනත් මගේ හිතට හරි දුකයි. දුක ඇති කරගන්න හොඳ නෑ තමයි. නමුත් ඒ වගේ හාමුදුරු නමකට සෑහෙන කාලයක් ඇප උපස්ථාන කරල වෙන් වෙලා යනකොට හිතට දුකයි.

තව දවසක් මම පන්සලක කඨින පිංකමක් බාර අරගෙන තිබුනා. බෝධිය පිච්ච මල් යාර 3,000 කින් සරසන්න තමයි බාර ගත්තෙ. ඒත් ඊට පහුවදා උදේ දරන්න බැරි තරම් වැස්සා. මාස ගානක් තිස්සෙ සැලසුම් කරල, පොඩි සැකිල්ලකුත් හදල, මමත් සම්බන්ධ වෙලා

බෝධි ප්‍රාකාරයෙත් තීන්ත ගාල සම්පූර්ණයෙන්ම සුද්ධ කරල දූන් මේ පිච්ච මල් වැටි ටික දාන්න විදිහක් නෑ. ධාරානිපාත වරුසාව. මම ඉතිං රෝහල ළඟ තිබ්ච්ච තවත් පන්සලකට බාර වෙලා, ඒ පංසලේ හිටපු ස්වාමීන් වහන්සේලාටත් කතාව කියල එතනදිත් අඬල තමයි ආවෙ. උන්වහන්සේලාත් මට හුඟක් ආශිර්වාද කළා. එතකොටම මට මතක් වුනා වහරක හාමුදුරුවො රෝහලට ඇතුලත් කරල ඉන්නවනෙ, අමාරු වුනත් කමක් නෑ, මම ගිහින් උන්වහන්සේට කියනව කියල. මම යනකොටම උන්වහන්සේ ඇහුවා, මොකද මේ කලබලේ කියල. අනේ අපේ හාමුදුරුවනේ මට මෙහෙම අකරතැබ්බයක් වෙලා තියෙනව කියල විස්තරය කිව්වා. ඒ කියන වෙලාවෙත් ධාරානිපාත වැස්ස. උන්වහන්සේ කිව්වා, කිසිම කරදරයක් වෙන්නෙ නෑ, ඕක හොඳට කරගන්න පුළුවන්, කලබල නොවී දූන් යන්න කියල. එච්චරමයි කිව්වෙ. වැඩි විස්තරයක් කිව්වෙත් නෑ. කිසිම ආශිර්වාදයක් කළෙත් නෑ. මම ඉතිං නැවත ආවා.

දූන් මගේ හිතට හරි අමාරුයි. මොකද උන්වහන්සේ මට විස්තරයක් කිව්වෙත් නෑ, ආශිර්වාද කළෙත් නෑ. මොනව වෙයිද දන්නෙ නෑ කියල හිත හිතා පන්සල පැත්තට ගියා. ඒ යනකොටත් හොඳටම වැස්ස. හැබැයි හරියටම පන්සල ළඟට යනකොට මිදුලත් වේළිලා. පුදුම වැඩේ කියන්නෙ, පන්සලට බස් නැවතුමක් මෙහා මහා ධාරානිපාත වැස්ස. ඒත් පන්සල් භූමියට විතරක් වහින්නෙ නෑ. හාමුදුරුවො කියපු විදිහටම හොඳටම පායල. අව්වත් නෑ, වැස්සත් නෑ. හොඳ කාලගුණයක්. පූජාව තියල ඉවර වෙනකල්ම ඒ තත්ත්වය තිබුනා. සියල්ල ඉවර වුනාට පස්සෙ තමයි මල් වැස්සක් වගේ වැස්සෙ. පැයක් විතර ගියාට පස්සෙ නැවතත් ධාරානිපාත වරුසාව පටන් ගත්තා. ඉතිං බලන්න උන්වහන්සේ කියපු කාරණය හරියටම හරි ගියා. එහෙම හැකියාවක් උන්වහන්සේට තිබුනා. ඒ සිද්ධියෙන් පස්සෙ මට ලොකු ගෞරවයක් උන්වහන්සේ කෙරෙහි ඇති වුනා.

උන්වහන්සේ දවසක් කිව්වා, කවද හරි අන්තිම මොහොතෙ උන්වහන්සේව තනිවෙයි කියල. මම හිතන්නෙ ඒ කතාව ප්‍රධාන කැපකරු මහත්තයත් එක්කත් කියල තිබුනා. මම කිව්ව ඉතිං මොනව වුනත් ඔබවහන්සේ කවදාවත් තනිවෙන්නෙ නෑ අපේ හාමුදුරුවනේ, අපි එහෙම වෙන්න ඉඩ දෙන්නෙ නෑ කියල. නැත්තෙ නෑ, ඔය කොච්චර කට්ටිය හිටියත් අන්තිම මොහොතෙ මට කවුරුවත් නැතිවෙනව කිව්වා. හැබැයි උන්වහන්සේ ඒ කතාව කිව්වෙ කිසිම කණගාටුවකින් නෙවෙයි. සාමාන්‍ය විදිහට කියපු කතාවක්. ඇත්තටම උන්වහන්සේට අමාරු වෙලා අන්තිමට දැඩි සත්කාර ඒකකයට ඇතුල් කරනකොට, මගේ තාත්තා අන්ත්‍රාවෙලා මට ගෙදර යන්න සිද්ධ වුනා. කොහොම හරි හාමුදුරුවො ගැන බලපු ප්‍රධාන වෛද්‍යවරයත් රාජකාරි කටයුත්තකට රට ගිහින් හිටියෙ. දැඩි සත්කාර ඒකකය නිසා ප්‍රධාන කැපකරු මහත්තයටත් හැමවෙලේම එතනට යන්න බැරි වුනා. කිව්ව වගේම උන්වහන්සේ අපේ අතින් නොදැනුවත්වම ඈත් වුනා. අපි ඒත් කතා වුනා, බලන්න උන්වහන්සේ කියපු කතාව ඇත්තනේ කියල.

ඉතිං ඒ අවස්ථාවෙ අපි ඔක්කොම හිටිය නම්, තවත් විශේෂයෙන් උදව් කරන්න සහයෝගය දෙන්න තිබුණා. ප්‍රධාන වෛද්‍යවරයා රට ගියත් තව කෙනෙකුට බාර දීල තමයි යන්න. නමුත් අන්තිම කාලෙ අපි ඔක්කොම ළඟ හිටිය නම් ඒ ප්‍රතිකාර තවත් ඉක්මන් වෙන්න ඉඩ තිබුනා. මොකද ඉතිං දැඩි සත්කාර ඒකකයට දැම්මට පස්සෙ එතන ඉන්න අයට එක ලෙඩෙක් වෙනුවෙන් කැප කරන්න පුළුවන් උපරිම ප්‍රමාණයක් තියෙනවා. නමුත් අපි හිටිය නම් ඒ ප්‍රමාණයත් ඉක්මවල මොනව හරි දෙයක් කරන්න තිබුනා. මම කලිනුත් එහෙම කරල තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ උන්වහන්සේට අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර නොලැබුනා කියන එක නෙවෙයි. මීට වඩා වේගයෙන් ඒ ප්‍රතිකාර කරන්න තිබ්ච්ච අවස්ථාව ගිලිහිලා ගියා. ඒක වුනේ අපි සියලු දෙනාම අපේ පාලනයෙන් තොරව අනපේක්ෂිත මොහොතක ඈත් වීම නිසා කියලයි මට හිතෙන්නෙ. එහෙම නැත්නම් උන්වහන්සේට අවුරුදු ගණනාවක පටන් මේ රෝහලෙන් විශේෂයෙන්ම සැළකුවා. ඒත් අන්තිම අවස්ථාවෙ උන්වහන්සේ කිව්ව වගේ අපි හිතුවෙත් නැති විදිහට, අපිට ඒ අවස්ථාවට සම්බන්ධ වෙන්න තිබ්ච්ච ඉඩකඩ අඩුවෙලා ගියා. අන්තිමට අපි නැවතත් එනකොට උන්වහන්සේට හුඟක් අමාරුයි. ගොඩ ගන්න තිබ්ච්ච හැකියාව අඩුයි.

ඉතිං බලන්න අද ඉන්න වෙන කෙනෙකුට නම්, මට අනාගතයෙදි මෙහෙම වෙයි කියල අර විදිහට කියන්න බෑනෙ. කිව්වත් ඒ කියන ඒවා හරියන්නෙත් නෑනෙ. නමුත් උන්වහන්සේ ඒක හරියටම දැකල වගේ තමයි එහෙම කතාවක් කිව්වෙ. උන්වහන්සේට එහෙම හැකියාවක් තිබ්ච්ච නිසා ඒ කාරණය කලින්ම තේරෙන්න ඇති. නමුත් මම ඒ කතාව විස්වාස කළේ නෑ. මොකද අපි උන්වහන්සේව කවදාවත් අතහරිනවයි! ඉතිං මම කියන්නෙ, අපි නොදැනුවත්වම අත්හැරුනෙ අන්න අර විදිහට කියල. එහෙම නොදැනුවත්වම අතහැරීම උන්වහන්සේට කලින් පෙනුන කියන එකයි මම මේ කියන්නෙ. සාමාන්‍ය කෙනෙකුට නම් ඉතිං තමන්ට අනාගතයේ මෙහෙම දෙයක් වෙයි කියල දැනෙන්නෙ නෑනෙ.

(ඉතිරි කොටස ලබන කලාපයෙන්...)

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

අරි සිතුම් සුව සෙත වෛද්‍ය සායනය

සුගතිය, නිවන පූර්ණ කර ගැනීමේ පහසුව පිණිස ගිලාන ප්‍රත්‍ය කටයුත්තක් වශයෙන්, පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර හිමියන් විසින් බෙහෙත් සමාධියෙන් මතු කරනු ලැබූ බේත් හා ප්‍රතිකාර ක්‍රම ඇසුරින් කෙරෙන, අරි සිතුම් සුව සෙත වෛද්‍ය සායනය සෑම ඉරිදා දිනකම උදෑසන 7.00 සිට වහරක අරිය චින්තාශ්‍රම බෞද්ධ විහාරස්ථානයේදී පැවැත්වෙන අතර රෝග විමර්ශනය සහ සියලු රෝග සඳහා ඖෂධ ප්‍රතිකාරද කරනු ලැබේ.

වැඩි විස්තර සඳහා පහත දුරකථන අංකවලින් විමසන්න. (ගමන් මාර්ගය 32 පිටුවේ දක්වා ඇත.)
077 774 1478 / 077 162 0072



මිදුල ඇමදීම තුළින් නිවන් දකිමු

මුලින්ම කියන්න ඕන දෙයක් තමයි, මිදුල ඇමදීම තුළින් නිවන් පූර්ණ කරපු ආර්ය උත්තමයො හැම බුද්ධ සාසනයක් තුලම වැඩ ඉඳල තියෙනවා කියන කාරණය. ඒ අතරින් ගෞතම බුද්ධ සාසනය තුළ මීට අවුරුදු 1000 කට පමණ පෙර වැඩ හිටපු මලියදේව මහ රහතන් වහන්සේ පිළිබඳ කතා පුවත අපි අහල තියෙනවා. මළුව දේවත්වයෙන් සැළකූ නිසා මළුව දේව මලියදේව වුනා කියලත් සමහර අය කියනවා.

මොනව වුනත් අපි හොයන්න ඕන ඒක ඇත්තද බොරුද කියල නෙවෙයි, ඒ කතා පුවතින් අපට ගන්න තියෙන ප්‍රයෝජනය මොකක්ද කියල. ඒ නිසා උන්වහන්සේ පිළිබඳව පැවතගෙන එන කතා පුවත අහල බලන කොට, ඒ ක්‍රමය අනුගමනය කරල රාගක්ෂය, ද්වේශක්ෂය, මෝහක්ෂය කරන්න පුළුවන් කියල අපට වැටහුන නිසා තමයි මේ ලිපිය ලියන්න අදහස් කළේ. ඉතිං මේ ක්‍රමය ඉතාම සාර්ථක ක්‍රමයක්. පුරුදු පුහුණු කළාම හිතට පුදුම සුවයක් සහනයක් දැනෙනවා.

හැබැයි මේ කියන්නෙ මිදුලට ඇලෙන්න කියල එහෙම නෙවෙයි. මේ ක්‍රම වේදය තුළින් නියම ප්‍රතිඵල ගන්න පුළුවන් වෙන්න නම්, අඩු තරමින් සෝවාන් ඵලලාභී ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක්වත් වෙන්න ඕන. මොකද කෙලෙස් දුරු කරන ඕනම වැඩ පිළිවෙලක් ක්‍රියාත්මක කරන්න නම් සත්‍යය දැකල තියෙන්න ඕන. බණ අහල ලෝකය අනිසියි කියල ඇති වුන දහම් අවබෝධය මේ වැඩ පිළිවෙලට තියෙනව නම්, අරිහත්වය දක්වාම කෙළෙස් මල දුරු කරගන්න පුළුවන්කමක් තියෙන බව නම් වැටහෙනවා. හැබැයි මේක පරමාර්ථය මිසක්, සම්මත අර්ථයත් එක්ක පටලව ගන්න හොඳ නෑ.

මොකද මිදුල අතු ගාන ක්‍රමය, පිළිවෙල පිළිබඳව විවිධ සාස්ත්‍ර හා බැඳුණු උගන්වන ක්‍රම රටා තිබුනට, ඒවා මිදුල අතුගාන ක්‍රම රටා මිසක් ලෝකයෙන් මිදෙන වැඩ පිළිවෙල, එහෙම නැත්නම් කර්මස්ථාන (කර්ම + අස්ථාන ගත කිරීම) එක්ක ගලපන්න අමාරුයි. අපි මේ කියන්න යන්නෙ කර්ම අස්ථාන ගත කරන විදිහ ගැන. ඉතිං මුලින් කියපු විවිධ සාස්ත්‍රවලට ලෝකායතන සාස්ත්‍ර කියල තමයි කියන්නෙ. ඒවත් එක්ක මේ වැඩ පිළිවෙල පටලව ගන්න එපා කියල මුලින්ම කියන්න ඕන.

අතුගාල පිරිසිදු කරල නැති මිදුලට තව කොච්චර කුණු එකතු වුනත් පේන්නෙ නෑ. තවත් විදිහකට කිව්වොත්, කහට ගැන්වුන රෙද්දකට තව කොච්චර කහට එකතු වුනත් පේන්නෙ නෑ වගේ, රාග ද්වේශ මෝහ පිරිච්ච හිතට තව කොච්චර රාග ද්වේශ මෝහ එකතු වුනත් පේන්නෙ නෑ, විදර්ශනාවට අහු වෙන්නෙ නෑ. නමුත් අතුගාල පිරිසිදු කරන මිදුලට නම් අළුතින් කුණු එකතු වෙනකොට පේනව වගේ, තවත් විදිහකට කිව්වොත් පිරිසිදු රෙද්දකට කහට එකතු වුනාම පැහැදිලිව පේනව වගේ, රාග ද්වේශ මෝහ පිළිබඳව විදර්ශනා කරන හිතට, රාග ද්වේශ මෝහ සිතිවිලි ක්‍රියා වදන් එකතු වෙනකොට අහුවෙනවා, පේනවා.

ඉතිං මේ ක්‍රමය පෙන්වල දෙන්න හදන්නෙ ආර්ය විනයේ අවංකකම විදිහට, තියෙන වරද වරද විදිහට දැකල වැරදි නිවැරදි කර ගන්න කැමති, ඒ සඳහා උත්සාහ කරන පිරිසට. තවත් විදිහකට කියනව නම්, අප්‍රමාදීව (කෙලෙස් තවන වෙර ඇතිව) ආර්ය මාර්ගය පූර්ණ කරගන්න සතර සතිපට්ඨානය වඩන පිරිසට අත්වැලක් වෙන්න.

දැන් අපි තෝරගන්න බලමු මේ වැඩ පිළිවෙල කරන්නෙ කොහොමද කියල. පිරිසිදුව වැලි අතුරපු මිදුලක් තියෙනව කියල හිතන්න. මුලින්ම කරන්න ඕන, ඒ මිදුල තමන්ගෙ හිත කියල උපමා කරගන්න එක. තවත් විදිහකට කියනව නම්, මිදුල කියන්නෙ හරියට තමන්ගෙ හිත වගේ කියල හිතන එක.

කටු පඳුරු, ගස් වැල්, ගල් බොරළු සහ විස ඝෝර සත්තු සර්පයන්ගෙන් පිරිච්ච විසාල ප්‍රදේශයකින්, මිදුල කියල වෙනම පොඩි කොටසක් වෙන් කරල වටේට බැම් බැඳල, මැදට සුදු වැලි අතුරල, වෙනමම සකස් කරල තියෙන්නෙ. හරියට රාග ද්වේශ මෝහ සහිත ලෝක ☞

සත්ත්වයා ඉන්න ලෝකය තුළම පොඩි හෝ කොටසක් වෙන් කරගෙන ඉන්න ආර්ය උත්තමයෙක්ගෙ හිතේ ස්වභාවය වගේ. මොකද රාග ද්වේශ මෝහ සහිත ලෝක සත්ත්වයන් අතර ආර්ය උත්තමයො අති දුර්ලභ නිසා.

කටු පඳුරු ගස් වැල්වලින් පිරිච්ච, කොළ වැටිල අපවිත්‍ර වෙච්ච, සතා සිවුපාවුන් ඉන්න මිදුලට පරිබාහිරව තියෙන කැළෑ ප්‍රදේශය ලෝකයාගේ හිත්වලට උපමා කරනවා. මිදුල, පිරිසිදු සිත් සතන් ඇති ආර්ය උත්තමයගෙ හිතට උපමා කරනවා.

රාග ද්වේශ මෝහ සහිත මිනිස්සු ඉන්න මේ ලෝකය තුළම, පිරිසිදු සිත් සතන් තියෙන ආර්ය උත්තමයොත් ඉන්නව කියල තමයි, කැළෑවෙන් වටවුනු කුඩා ප්‍රදේශය තුළ තියෙන පිරිසිදු සුදු වැලි අතුරපු මිදුලෙන් පෙන්වන්නෙ. තවත් විදිහකට කියනව නම්, මිදුලට පරිබාහිර කොටස මාර භූමිය ලෙසටත්, සුදු වැලි අතුරපු පිරිසිදු මිදුල බුද්ධ භූමිය ලෙසටත් ගන්න පුළුවන්.

මේ විදිහට හිතන කොට, ඇත්ත තමයි රාගයෙන් ද්වේශයෙන් මෝහයෙන් අපිරිසිදු සිත්සතන් ඇතිව මේ ලෝකෙ අනාත වෙලා ඉන්න කෝටි ගණන් මිනිස්සු අතර, අඩු තරමින් සෝතාපන්න ඵලයටවත් පත් වෙච්ච ආර්ය උත්තමයො ඉන්නෙ කියෙන් කී දෙනාද කියල බලන කොට නම්, උපමාව හොඳටම ගැළපෙනවා.

ආරණ්‍ය භූමිය ගත්තත් කැළෑ ප්‍රදේශය තමයි වැඩි. ඒ අතරින් මිදුල කියන්නෙ කොච්චර නම් කුඩා ප්‍රමාණයක්ද? හැබැයි මිදුල උපමා කරන්නෙ අරිහතුන් වහන්සේගෙ හිතට නම් නෙවෙයි, අරිහත්වය කරා පියනගන අයගෙ හිතේ ස්වභාවයට. මොකද සතා සිවුපාවො, විස සෝර සර්පයො මිදුලට නිතරම එනව යනවා. ගස්වලින් වැටෙන කොළ අතු, විවිධ ගෙඩි, ඇට සතුන්ගෙ අසූචි නිතරම මිදුල ආක්‍රමණය කරනවා. මිදුල වටේට තියෙන බැම්ම කොතනකින් හරි කැඩිල තිබුනොත්, වැස්සට අවට තියෙන පස් රොඩු ආදියත් මිදුලට එන්න පුළුවන්.

එහෙම බලනකොට, නිතරම මිදුල අපවිත්‍ර වෙන්න තියෙන ඉඩකඩ වැඩියි. ඒ වගේ තමයි තවමත් අරිහත් නොවුන ආර්ය උත්තමයන්ගෙ හිතත්. රාග ද්වේශ මෝහ සිතිවිලි පැන නැගිල නොසිතූ වෙලාවල්වල අපවිත්‍ර වෙනවා. මිදුලට වැටිල තියෙන ලොකු අතු ඉති, ලොකු ගල් බොරළු ආදිය, හරියට තදබල විදිහට එන රාග ද්වේශ මෝහවලට උපමා කරන්න පුළුවන්. ඊට වඩා කුඩා ප්‍රමාණයේ කොළ රොඩු, ගෙඩි වගේ ඇහැට බැලු බැල්මට පේන දෑ තදබල නොවුනත්, ඒවා නිවනට බාධා කරන සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයේ ප්‍රඥා ඇසට අහුවෙන රාග ද්වේශ මෝහවලට උපමා කරන්න පුළුවන්.

ඒ විතරක් නෙවෙයි, කුඩාම කුඩා ප්‍රමාණයේ ගෙඩි, කළුපාට ඇට සහ කුඩා රොඩු වර්ගත් නිතරම මිදුල අපිරිසිදු කරනවා. ඒවා හරියට තවම විදර්ශනාවට අහුවෙච්ච නැති කෙලෙස් මල වගෙයි.

තවත් විවිධාකාර විදිහට උදාහරණ උපමා ගැලපිලා එන්න නම්, මේ වැඩ පිළිවෙල කාලයක් කරන්න වෙනවා. මහා වැසි ඇවිත් එන ජල පහරින් පවා මිදුලෙ තිබුන පිළිවෙල වෙනස් කරන්න පුළුවන්. සමහර වෙලාවට අතුගාල ඉවර වෙන්නත් කලින් අතුගාපු කොටසට හුළඟ නිසා නැවතත් කුණු ගසාගෙන ඇවිත් මිදුල අපිරිසිදු වෙන්නත් පුළුවන්. ඒ කියන්නෙ ඒ වැඩ පිළිවෙල කරන අතරෙදිත් සැඩ සුළඟක් වගේ රාග ද්වේශ මෝහ සිතිවිලි ඇවිත් සිත අපිරිසිදු වෙන්න පුළුවන්. මොකද හිත කිළිටි වෙන්න වැඩි වෙලාවක් යන්නෙ නෑ. නොසිතූ වෙලාවක කෙලෙස්මල නැගිල එන්න පුළුවන්.

ඒ වගේම වැල්වලට උපමා කරන්නෙ කාන්තාවන්. කාන්තාවට ලිය කියලත් කියනවා. වටපිටාවෙ තියෙන වැල් ජාති මිදුල ආක්‍රමණය කරනව වගේ, ප්‍රිය මනාප ස්වරූපයෙන් එන කාන්තාවන් නිසා ආර්ය මාර්ගය වඩන අයගෙත්, නැත්නම් භික්ෂුවගෙත් හිත රාගයෙන් වෙලා ගන්න පුළුවන්. වැල්වලින් මිදුල බේර ගන්නව වගේ, ඒ රාග සහගත සිතිවිලිවලින් හිත බේර ගන්නත් ඕන. මේක ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපැත්තටම පොදුයි. ඉතිං මේ උපමාවලින් පෙන්නුවෙ, මිදුල නමැති හිත ගැන නිතරම අවදානයෙන් ඉන්න ඕන කියන කාරණය.

සමහර කාලවලට කොළ වැටෙන ප්‍රමාණය වැඩියි. විශේෂයෙන්ම වැසි කාලයට මිදුල නිතරම අතු ගාන්න ඕන. වටේට තියෙන බැම්, ඒ වගේම මිදුලෙ හැදිල තියෙන වළවල් නිතරම හදන්න වෙහෙස මහන්සි වෙන්න ඕන. ඒ ආකාරයටම කෙලෙස් මල බිඳ හරින්නත් වීර්ය කරන්න ඕන.

සමහර දවසට උදේට මිදුල අතුගාල පිරිසිදු කළාම පැයක් යන්නත් කලියෙන් නැවත තිබුන විදිහටම අපිරිසිදු වෙලා. ඒ වගේම තමයි හිතත්, සමහර දවසට ඉක්මනටම කිළිටි වෙනවා.

සමහර දවස්වල එක පාරක් දෙපාරක් මිදුල අතුගෑවම ප්‍රමාණවත්. ඒ වගේම තමයි, සමහර දවස්වලට හිත කිළිටි වෙන ප්‍රමාණය අඩුයි. එතකොට හිත ගැන හොඳට හොයල විමර්ශනය කරන්න ඕන. කෙලෙස් යටපත් වෙලාද, නැත්නම් ඊට අදාළ අරමුණ ආවෙ නැති නිසා හිත පිරිසිදු වෙලා වගේ දැනුනද, එහෙමත් නැත්නම් කෙලෙස් මල දවන වැඩ පිළිවෙල සාර්ථක වෙලාද කියල සියුම්ව විමර්ශනය කරල බලන්න ඕන.

අද කාලෙ ගොඩක් ආරණ්‍ය සේනාසනවල, එහෙමත් නැත්නම් පන්සල්වල මිදුල අතුගාන්නෙ මේ අර්ථය හරියට දැනගෙන නෙවෙයි. ඒ නිසා ඒ අය මිදුලෙ රටා අඳිනවා. හැඩ වැඩ කරල අතුගාන්න තමයි උත්සාහ කරන්නෙ. එතකොට රාගයට හේතු වෙනව මිසක් ඒ වැඩපිළිවෙල මගින් රාග මල බිඳින්න හේතු වෙන්නෙ නෑ. ඒක ටිකක් භයානකයි.

මිදුලෙ වැලි හොඳට සමසේ තියෙන්න රොඩු බොරළු ආදිය ඉවත් කරන්න ගන්න උත්සාහයෙදි රටාවක් අමුතුවෙන් හදන්න ඕන වෙන්නෙ නෑ. ඉබේම රටාවක් ගැලපිලා එනවා. රටාව ගැන හිතන්න ගියොත් උපමා සංසන්දනය කරල විදර්ශනා කරන්න අමතක වෙනවා.

ඒ වගේම මිදුල හොඳට අතුගාල තියෙන වෙලාවට කවුරු හරි ආගන්තුක පිරිසක් ආවම, මිදුල අපිරිසිදු වෙලා වැලි රටා වෙනස් වෙනව වගේ, ඒ අය ආවම කරන කතාබහ තුළින් ඒ එන අයගෙ රූප ස්වභාවය නිසා, නැත්නම් කටහඬ නිසා හිත කිළිටි වෙලාද, නැත්නම් අනවශ්‍ය දේවල් කතාබහ කරල හිත අපවිත්‍ර කරගත්තද, ඒ අය වැලි අවුස්සල ගියාම යටපත් වෙලා තිබුන කුණුරොඩු උඩට ඇවිස්සිලා පේනව වගේ, හිතේ යටපත් වෙලා තිබුන කුණු උඩට ඇවිත්ද කියල හොඳට උපමා උපමේය සංසන්දනය කරල බලන්න ඕන.



මිදුල උඩින් හොඳට මට්ටම් කරල පිරිසිදු කරල තියාගෙන හිටියට යටින් කුණු තියෙන්න පුළුවන්. හිතත් හරියට ඒ වගේ. තවත් විදිහකට කියනව නම්, සමහර අය අතුගාන්නෙ උඩින් විතරයි. උඩ හොඳට පිරිසිදු වෙලා වගේ පෙනුනට යට තව කුණු තියෙනවා. ඒ වගේම, හිතෙත් කුණු නෑ කියල හිතාගෙන හිටියට, මිදුල අවුස්සල අතුගාන කොට යටපත් වෙලා තිබුන රොඩු බොරළු උඩට මතු වෙනව වගේ, හැංගිලා විදර්ශනාවට අහු නොවෙච්ච සියුම් කෙලෙස් මලත් හිතේ තියෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා හිත ගැන නිතර නිතර හාරල අවුස්සල බලන්න ඕන. හරියට කුකුළා කකුල් දෙකෙන් කුණු අවුස්සල පණුවො අහුලනව වගේ. හිතේ යටපත් වෙලා තියෙන කුණු ගැන විමර්ශනය කරන්න වීර්ය නැත්නම් වීර්ය කරන්න ඕන.

සමහර අය අතුගාල ඉවර වුන මිදුල්වල වැලි එක පැත්තකට ගොඩ ගහනවා. තවත් සමහර අය මිදුලෙ කොණකින් කුණු ගොඩ ගහනවා. අස් කරන්නෙ නෑ. තවත් සමහර අය අතුගෑවට කුණු ඉතිරි කරනවා. ඇහුවම කියනවා, මම නම් ඉක්මනටම අතුගාල දැම්මා, ඔයිට වැඩිය මොකක්ද කියල. ඒ විදිහට බලන කොට වැලියි, රොඩුයි, බොරළුයි, කුණුයි එක පැත්තකට ගොඩ ගැහිල කලවම් වෙලා තියෙනව වගේ, හිතේ කෙලෙස් මල ගොඩ ගැහිල බාගෙට තමයි සුද්ද වෙලා තියෙන්නෙ.

එක පැත්තකින් බලනකොට, ඒක කම්මැලි භික්ෂුවකගෙ ස්වභාවයක්. විදර්ශනා කරන්නෙත් ඒ වගේ. ඒ අය හොඳට විදල බලන්න අදක්ෂයි. නිවන කල් දානවා. ඒ මදිවට කුණු ටික මිදුලෙන් අයින් කරන්නෙත් නෑ. මිදුලෙම අයිනෙන් ගොඩ ගහනවා.

ඒ වගේ තමයි හිතේ කුණු හරියට පිරිසිදු නොකර ඉතුරු කරගෙන ගොඩ ගහගෙන සුද්දවන්තයො වගේ පෙනී ඉන්න උත්සාහ කරනවා. නැත්නම් මාර්ගය වැඩුවට තවම ප්‍රතිඵලයක් නැහැනෙ කිය කිය ඉන්නවා. මිදුල නියම විදිහට පිරිසිදු කරන ක්‍රමයවත්, හිත හරියට පිරිසිදු කරන ක්‍රමයවත් ඒ අයට අහුවෙලා නෑ. කාලයක් තිස්සෙ එක පැත්තටම අතුගෑවම වැලි ටිකත් එක පැත්තටම ගොඩ ගැහෙනවා. මිදුල පුරා සම සේ වැලි පිහිටන්නෙ නෑ. ඒ වගේ අවස්ථාවල මාරුවෙන් මාරුවට දෙපැත්තටම අතුගාන්න ඕන.

ඒ වගේ තමයි, එක අන්තයකට කොටුවෙලා තීන්දු තීරණ ගන්න පුරුදු වෙලා හිටියොත්, නියමාකාරයෙන් ලෝකය දකින්න තියෙන ඉඩත් වැහිල යනවා. අර කියමනක් තියෙන්නෙ, පැත්ත ගත්තොත් ඇත්ත වැහෙනව කියල. අන්න ඒ වගේ. ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක් නම් නිදහස් සමාධියෙන් යුක්ත කෙනෙක් වෙන්න ඕන. අවංක වෙන්න ඕන. එක් අන්තයකට කොටුවෙලා තීන්දු තීරණ නොගන්න ඕන.

ගල් බොරළු රොඩු අවුස්සල පිරිසිදු කරන මිදුලක, කාලයක් යනකොට ඉතුරු වෙන්නෙ සියුම් වැලි ටික විතරයි. ඒ වගේම හිතත් කාලයක් යනකොට සියුම් වෙලා මහා ගිනි දාහයන් අඩු වෙනවා. හරියට මිදුල වගේ.

ඒ විදිහට මේ මිදුල, හිතට උපමා කරල පිරිසිදු කරනකොට තව තවත් විවිධ ක්‍රම රටා ගැළපිලා එනවා. මේ කියන්නෙ නිවන් පූර්ණ කරගන්න පහසු සරල ක්‍රමයක්. මේක හැම කෙනෙකුටම ගැලපෙන්නෙ නැති වෙන්න පුළුවන්. මොකද හැම කෙනෙක්ම නිවන් පූර්ණ කරන්නෙ එකම විදිහට නෙවෙයි. හැබැයි මේ ක්‍රමය අනුගමනය කරලත් නිවන් පූර්ණ කරගන්න පුළුවන් කියන එක තමයි පෙන්වා දෙන්න උත්සාහ කළේ. මොකද අතීත කතා දිහා බැලුවම ඒක හොඳට සනාථ වෙනවා.

අතුගාන ගමන් මිදුල, ඉදල, හුළඟ, කොළ අතු, ගල් බොරළු, සතා සිවුපාවා, අඩි පාරවල්, වළවල් වගේ දේ එක්ක තමන්ගෙ හිතින් ප්‍රශ්න නග නගා කතා කරන්න. එහෙම අවංක වෙලා තමන් හිතත් සමග කතා කරනකොට, තමන්ටම දැනෙයි තමන් කොතනද හිරවෙලා ඉන්නෙ කියල. ඉතිං ඊට පස්සෙ ඒක හොඳට විදර්ශනා කරල නිවනේ ආනිසංස, අරිහත් උතුමන් වහන්සේලා කොච්චර නම් සහනයකින් වැඩ වාසය කරනවද කියල මෙනෙහි කරන්න. එතකොට තමන්ගෙ රාගය ද්වේශය මෝහය ප්‍රහීණ වෙන බව හොඳට වැටහෙයි.

ඉතිං කවදහරි දවසක හිතනම් මේ විදිහට පිරිසිදු කරල ඉවර කරන්න පුළුවන්. හැබැයි මිදුල නම් පිරිසිදු කරල ඉවර කරන්න බෑ. මොකද නැවත නැවත අපවිත්‍ර වෙන නිසා. රාගයෙන් ද්වේශයෙන් මුළාවෙන් ගොඩනැගුනු ලෝකයට හිත අයිති වුනාට, මේ විදිහට විදර්ශනා කරල මේ වැඩ පිළිවෙල කළොත්, රාග ද්වේශ මෝහ සහමුලින්ම සිඳ බිඳ දමන නිසා නැවත රාග ද්වේශ මෝහ හිතක් හටගන්න හේතු නෑ.

එක වරක් අතුගාල බැලුවම මිදුල පිරිසිදු වෙලා වගේ පෙනුනට, තව වෙලාව තියෙනව නම් නැවත අතුගාල බලන්නත් පුළුවන්. එතකොට යටවෙලා තිබුන කුණු ඇවිස්සිලා කලින් වගේ නොවුනට යම්කිසි කුණු ප්‍රමාණයක් එකතු වෙන්න පුළුවන්.

සමහර වෙලාවට කෙනෙක් අහන්න පුළුවන්, ඇයි මේ අවේලාවෙ මිදුල් අතුගාන්නෙ කියල. එතකොට මිදුල පෙන්වල කියන්න තියෙන්නෙ, කොහොම පිරිසිදු නොකර ඉන්නද, මේ මගේ හිතනේ කියල. අනික හිත පිරිසිදු කරන්න වෙලාවක් තියෙනවද? එහෙම වෙලාවක් නෑ.

ඒ වගේම තව කෙනෙක් කියන්න පුළුවන්, මිදුල ලස්සනට හදාගෙන මිදුලට ඇලිල ඉන්න කෙනෙක්නෙ කියල. ලෝකයා මොනව කිව්වත් මොකද? මේ දේවල් ඒ අයට ගෝචර නෑ.

මිදුල අතු ගාල කොහේහරි ගමනක් ගිහින් එනකොට, නැවත අපිරිසිදු වෙලා තියෙන්න පුළුවන්. කොහොමද මිදුල අපිරිසිදු වෙලා තියෙන්නෙ කියල විමර්ශනය කරල බලනකොට, සමහර විට තිරිසන් සත්තු මිදුල අපවිත්‍ර කරල තියෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒකත් එක්ක උපමා කරල තමන්ගෙ හිත ගැනත් විමසල බලන්න ඕන, ඒ ගමන ගිහින් එන අතරෙදි තිරිසන් සිතිවිලි ඇවිත් තමන්ගෙ හිතත් අපිරිසිදු වෙලාද කියල. මේ විදිහට හුරු පුරුදු කළාම විවිධාකාරයෙන් ගලපල බලන්න පුළුවන් කාලයක් එයි.

මිදුලෙ හැදිල තියෙන වල් පැළෑටි හොඳට මුල් ඇදල තියෙනව වගේ, මගේ හිතෙත් මුල් බැහැගෙන තියෙන මෝහ සහගත වැඩ පිළිවෙල ගැන මෙනෙහි කරල ඒවා මුලිනුපුටා දමනව කියල උපමා කරගෙන, වල් පැළෑටි ගලවල දමන්න පුළුවන්. හරියට මූලාව කියන වචනයේ ගැබ්වෙලා තියෙන අදහස වගේ. මුල ආව විදිහ තමයි මූලාව කියන්නෙ. තමන්ගෙ හිතත් කොතන හරි මුල් බැහැගෙන තියෙනවද කියල විමර්ශන කරල බලන්න ඕන.

මේ වගේ සරල වැඩපිළිවෙලක් අනුගමනය කරන කොට මනස වික්ෂිප්ත වෙන්න තියෙන ඉඩකඩ අඩුයි. සමහර අය හිතන්න පුළුවන්, මේවා හරි බොළඳ වැඩනේ, ඕව කරල හරියනවද කියල. සාසන මග හරිම සරලයි වගේම ප්‍රඥාවන්තයන්ට විතරයි. එතකොට, අනෙක් අය අතුගාන්නෙ නැනෙ, මටමනේ අතුගාන්න වෙලා තියෙන්නෙ කියල භේද හදාගන්නත් ඕන වෙන්නෙ නෑ. එහෙම හිත් තමන්ට ඇති වෙනව නම්, ඒවායේ භයානකකම දැකල නිදහස් සිතිවිලි ඇති කරගන්න ඕන. ගැටීම හරිම භයානකයි. අසාර ලෝකෙ මොකට ගැටෙනවද? එතකොට භික්ෂුවක් නම් මිදුල් අතුගාන්න නැති ආරණ්‍ය හොයාගෙන යන්න ඕන වෙන්නෙ නෑ. මිදුල් තියෙන එකමයි හොඳ කියල හිතෙයි. අනික ලෝකයාටත් යහපතක් වෙනවා. තමන් ඉන්න වටපිටාවත් පිරිසිදු වෙනවා. මෙත් සිතත් වැඩෙනවා.

මිදුල අතුගාන අවස්ථාවල, අවශ්‍ය නම් තමන් කැමති කර්මස්ථානයක් සජ්ඣායනා කරන්නත් පුළුවන්. ඒ වගේම මිදුල අතුගෑම පිළිබඳව මුලින් සඳහන් කළ ආකාරවලට අනුව කටයුතු කරමින් ඒ වැඩ පිළිවෙලම කර්මස්ථානයක් කරගන්නත් පුළුවන්.

මේ වැඩ පිළිවෙල කරගෙන යනකොට සප්ත බොජ්ජංග වැඩෙන්න හේතු වෙනවා. මිදුල අතුගාන වැඩ පිළිවෙල කරන කොට විරිය සම්බොජ්ජංගයත්, ධම්ම විචය සම්බොජ්ජංගයත් වැඩෙනවා. **මිදුල අතුගාල පිරිසිදු කරල ඒ දිහා බැලුවම, හරියට මගේ හිතත් මේ වගේ පිරිසිදුයි කියල හිතන කොට ප්‍රීති සම්බොජ්ජංගයත් වැඩෙනවා.**

කොහොමත් මේ වැඩ පිළිවෙල තුළ ඉන්නෙ සති සම්බොජ්ජංගයෙන් නිසා, දෙපය මාරු කරනව වගේ ඒකෙන් ඇතිවෙන නිදහස් සුවය හේතු කරගෙන, පස්සද්ධි සම්බොජ්ජංගයත් සමාධි සම්බොජ්ජංගයත් උපේක්ෂා සම්බොජ්ජංගයත් සමව වැඩිල කෙලෙස් ඒ ඒ ප්‍රමාණවලින් ඒ මොහොතෙම සමුච්ඡේද ප්‍රහාණය වෙන්න පුළුවන්. මේ විදිහට උපමා සංසන්දනය කරල විදර්ශනාව පුරුදු වුනාම සමතයත් (දැහැනුත් ඇතුළුව) ඉබේම වැඩෙනවා. කෙටියෙන් කියනව නම්, සමත විදර්ශනා යුගනත්ව වැඩෙනවා.

මේ ලිපිය සකස් කරන්න අදහස් කළේ, සරල වැඩ පිළිවෙලක් අනුගමනය කරමින් නිවන් පූර්ණ කරන්න තරම් අවස්ථාවක් අද කාලෙ ඉන්න ගොඩක් දෙනෙකුට නැති වීම නිසා. මොකද අද ඉන්න ගොඩක් අය ලොකුවට, ගැඹුරින් ගත්තෙ නැත්නම් නිවන් පූර්ණ කරන්න අපහසුයි කියල හිතාගෙන ඉන්නෙ. ඒත් එදා හත් අවුරුදු කුඩා දරුවන් පවා නිවන් පූර්ණ කරමින් අරිහත් වුනේ සරල බව නිසා තමයි. ඊට හොඳම උදාහරණ තමයි රාහුල පොඩි හාමුදුරුවො වගේම චුල්ලපන්තක හාමුදුරුවො.

ලොකුවට හර බර කරල ගැඹුරු වචන පස්සෙ ගිහින් නිවන ප්‍රමාද කරගන්නවට වඩා සරල බව වටිනවා. අලි ඇත්තුන්ට ඉදිකටු ඇහිඳින්න බැහැ කියල කතාවක් තියෙනවා. මනසින් අලි ඇතුන් වුනාම කොහොමත් නිවන් මග වැඩීම අපහසුයි. සරල වෙන යම් කෙනෙක් ඇත්ද, ඔහුට නිවන දුර නැති බව කියන්න ඕන. සරල වුන තරමට තමයි නිවන් මග වැඩීම පහසු වෙන්නෙ.

අනික ඇලීමයි ගැටීමයි ඇති තැන නිවන නෑ. ඇලීමයි ගැටීමයි නැති තැන තමයි නිවන තියෙන්නෙ. ඉතිං ඇලීමෙන් ගැටීමෙන් තොර වෙලා, තමන්ගෙ හිතත් එක්ක කතා කරන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. වැඩෙන්නෙ නැති නිවන එදාට වැඩෙයි.

අපි අඹ පැළයක් හිටවල, ගෙඩි එන්න ගෙඩි එන්න කියල කිව්ව පළියට මල් ඵල බලාපොරොත්තු වෙන්න බෑ. නිකං ඉඳලත් ගෙඩි බලාපොරොත්තු වෙන්න බෑ. පැළය ළඟට නිතර යන්න ඕන. සාත්තු සප්පායම් කරන්න ඕන. සතුන්ගෙන් ආරක්ෂා කරන්න ඕන. එතකොටයි මල් ඵල දරන්නෙ. තමන් කොච්චර වාර ගණනක් පැළය ළඟට යනවද, කොච්චර ප්‍රමාණයක් සාත්තු කරනවද කියන එක තමයි වැදගත්. ඒ තරමට ඉක්මනින්ම මල් ඵල හැදෙනවා. පුංචි කාලෙදි නම් පැළය ගොළුබෙල්ලගෙනුත් ආරක්ෂා කරන්න වෙනවා. හැමදාම සාත්තු කරන්න වෙනවා. නමුත් ලොකු වෙලා මහ ගහක් වුනාම ඇතෙකුටවත් මුකුත් කරන්න බෑ. ඊට පස්සෙ ඒ ගහ ඇත්තු බඳින්නත් ගන්නවා. අන්න ඒ වගේ තමයි අරිහත් ඵලයත්.

මුලදි බොහෝකොට නිවනට හේතු වෙන දේ ඇසුරු කරන්න වෙයි. එකම දේ නැවත නැවත දහස්, දස දහස්, ලක්ෂ වාරයක් කරන්න වෙයි. ඒ වුනාට කමක් නෑ කරන්න. ඒකට තමයි කෙලෙස් තවන වෙර ඇතිව කිව්වෙ. අන්තිම බුදු වදනත් ඒකයි.

ඉතිං මේ ලිපිය කියවල හොඳට තෙරුම් අරගෙන නිවන් පූර්ණ කරන්න හිත තියන්න. මේ විදිහට කටයුතු කරල නිවන් මග පූර්ණ කරගත් සිවුපිළිසිඹියාපත් අභිඥාලාභී අරිහත් උතුමන් මේ ලක් දෙරණ තුළ ලක්ෂ සංඛ්‍යාත ගණනින් බිහි වේවා. සියළු දෙනාටම යහපතක් වේවා !!!

උතුම් නිවන් සාක්ෂාත් කර ගැනීමටම හේතු වාසනා වේවා !!!

පූජ්‍යපාද මුරුතමුරේ බම්මින්න හිමියන් සමග කළ දහම් සාකච්ඡාවක් ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

විද්‍යාවේදී අමිත් සමරනායක
බෙල්ලන්තර
071 730 3535



පූති මුත්ත බෙහෙතෙන් නොයෙක් රෝගවලට ප්‍රතිකාර කරන ආකාරය

පූති මුත්ත බෙහෙත පිළිබඳ ත්‍රිපිටක පෙළ, අටුවා, ටීකා විස්තර වගේම ආයුර්වේදයේ විස්තරත් සමග ඒ පිළිබඳ නවීන සොයා ගැනීම් ඇතුලත් කරල පසුගිය කලාපයේ ලිපියක් පළ කළා. විස්මිත ඖෂධයක් වන පූති මුත්තයෙන් නා නා රෝගවලට ප්‍රතිකාර කරන ආකාරය මේ ලිපියෙන් විස්තර වෙනවා.

අංගුත්තර නිකායේ ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ දස සංඥාවල එන ආදීනව සංඥාව තුල කායිකව හැදෙන ආබාධ ලැයිස්තුවක් දේශනා කරල තියෙනවා. පූති මුත්ත බෙහෙත පාවිච්චි කරන්නෙ නැත්නම්, ඒකෙ ප්‍රතිඵලයක් විදිහට ආදීනව සංඥාව තුල විග්‍රහ වෙන රෝගාබාධ හැදෙන්න තියෙන ඉඩකඩ වැඩි වෙනවා. මේ බුද්ධ බේත පාවිච්චි කරනව නම්, ඒ රෝගවලින් වගේම තවත් බොහෝ රෝගවලිනුත් වැළකිලා නිරෝගීව ආර්ය මාර්ගය පූර්ණ කරගෙන සසර දුක් නිමා කරගන්න උපනිශ්‍රයක් ලැබෙනවා.

පංචස්කන්ධයට වැළඳිය හැකි රෝග ලැයිස්තුවක් ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ මේ විදිහට සඳහන් වෙලා තියෙනවා.

කතමාචානන්ද ආදීනව සංඥා, ඉධානන්ද භික්ඛු, අරඤ්ඤගතෝවා, රුක්ඛමූල ගතෝවා, සුඤ්ඤාගාර ගතෝවා, ඉති පටිසං චික්ඛති. බහු දුක්ඛෝ ඛෝ අයං කායෝ බහු ආදීනවෝ ඉති ඉමස්මිං කායේ විවිධා ආබාධා උප්පජ්ජන්ති, සෙය්‍යථීදං

චක්ඛු රෝගෝ, සෝත රෝගෝ, ඝාන රෝගෝ, ජිව්හා රෝගෝ, කාය රෝගෝ, සීස රෝගෝ, කණ්ණ රෝගෝ, මුඛ රෝගෝ, දන්ත රෝගෝ, කාසෝ, සාසෝ, පිනාසෝ, ඩහෝ ජරෝ, කුච්ඡි රෝගෝ, මුච්ඡා, පක්ඛන්දිකා, සූලා, විසූචිකා කුට්ඨං, ගණ්ඩෝ, කිලාසෝ, සෝසෝ, අපමාරෝ, දද්දු, කණ්ඩු, කච්ඡු, රඛසා, විතච්ඡිකා, ලෝහිත පිත්තං, මධුමේහෝ, අංසා, පිළිකා, භගන්දළා, පිත්ත සමුට්ඨානා ආබාධා, සෙම්හ සමුට්ඨානා ආබාධා, වාත සමුට්ඨානා ආබාධා, සන්නිපාතිකා ආබාධා, උතුපරිනාමජා ආබාධා, විසමපරිහාරජා ආබාධා, ඕපක්කමිකා ආබාධා, කම්ම විපාකජා ආබාධා, සීතං, උණ්හං, ජිගච්ඡා, පිපාසා, උච්චාරෝ, පස්සාවෝති ඉති ඉමස්මිං කායේ ආදීනවානුපස්සී විහරති. අයං වුච්චතානන්ද ආදීනව සංඥා.

මෙතැන් පටන් මේ ආබාධ ලැයිස්තුව අනුව යමින් පූති මුත්ත භේසජ්ජය පාවිච්චි කිරීමෙන් ඒ ආබාධ දුරු වෙන ආකාරය හෝ එවැනි ලෙඩ රෝගවලට මතුවට ගොදුරු වෙන්නෙ නැතිව ඉන්න පුළුවන් ආකාරය, මෙතෙක් එළි දක්වල තියෙන පෙර අපර දෙදිග විස්තරවල දක්වල තියෙන කරුණුත් එකතු කරමින් මේ විදිහට සඳහන් කරනවා.

01. චක්ඛු රෝගෝ (ඇස් රෝග)

තමන්ගෙම මුත්‍රා ඇස් රෝග සඳහා යොදා ගන්න පුළුවන් ආකාර කීපයක් තියෙනවා. එවෙලෙම ලබා ගන්න මුත්‍රා බිංදු කීපයක් ඇහැට දැමීම එක ආකාරයක්. එතනදි උණු කර නිවා ගත් ජලය සමග 1 : 2 (මුත්‍රා එක කොටසකට වතුර කොටස් 2 ක්) අනුපාතයට මිශ්‍ර කරල ගැනීම වඩා හොඳයි. මොකද තනිකර මුත්‍රා දැමීමෙන් ඇහැ දැවිල්ල ඇතිවෙන්න පුළුවන් නිසා. මේ ක්‍රමවේදයෙන් ඇහේ සුද ඉවත් වීම, ඇස්වල කැසිල්ල, කඳුළු ගැලීම... ආදී රෝග සමනය වීම සිද්ධ වෙනව වගේම පෙනීම දුර්වල අයට සහනයක් ලබන්නත් හේතු වෙනවා.

ඇසක යටි බැමේ කඩල ඇටයක් පමණ බිබිලක් තිබුණ කෙනෙක් මුත්‍රාවලින් ඇහැ සේදීම හේතු කොටගෙන දින 2 - 3 කදී බිබිල දියවෙලා තියෙනවා. ඒ වගේම දවසේ උදෙන්ම ලබා ගන්න මුත්‍රා පානයත්, පරණ වෙච්ච මුත්‍රා උණු කරල නිවල ඇසට දැමීමත් ඉක්මන් ප්‍රතිඵල ලබා දෙනවා. ඇස් රතුවීම, ඇස් ලෙඩ යන රෝගවලට පූති මුත්ත බෙහෙත නොවරදින සහනයක් වෙනවා.

අක්ෂි පටල ප්‍රදාහය නම් වෛරස් රෝගය, සුව කරන්න බැරි තරමේ ආබාධයක් විදිහට දියුණු රටවල පවා සළකනවා. ඒ වුනත් මුත්‍රා ඇහැට දැමීමෙන් ඒ රෝගය සුව කරන්න පුළුවන් බව වාර්තා වෙලා තියෙනවා.

02. සෝත රෝගෝ (කනේ රෝග)

ඇස් රෝග සඳහා දක්වපු ප්‍රතිකාර ක්‍රම වගේ මෙතැනදිත් එවෙලෙ ලබා ගත්තු මුත්‍රා කනට බිංදු වශයෙන් දැමීම කනේ ආබාධ බොහොමයකට ගුණදායකයි. දින 4 ක් පමණ පැරණි මුත්‍රා මේ සඳහා ගුණදායක බව සඳහන් වෙනවා. කොහොම වුනත් එවෙලෙ ලබා ගන්න මුත්‍රාත් මේ සඳහන් කළ ආකාරයට යොදා ගන්න පුළුවන්. මේ ක්‍රමයෙන් තදබල කනේ කැක්කුම් ඇතුළු අනිකුත් කනේ රෝග සුව වෙලා තියෙන බවට සාක්ෂි බහුලව තියෙනවා. ☞

03. ඝාන රෝගෝ

නාසයේ වේදනා, නාසයේ හිරවීම්, ස්වසන පද්ධතියේ ඉහළ කොටසේ ආබාධ සඳහා මුත්‍රා නාසයට ඉරීම ගුණදායකයි. මේ සඳහා පැතලි භාජනයකට මුත්‍රා ටිකක් ලබා ගන්න. පරණ මුත්‍රා නම් මඳ රස්නෙ උණු වතුර මිශ්‍ර කරල සකස් කරගන්න. ඊට පස්සෙ එක නාස් පුඩුවක් ඇඟිල්ලකින් වහගෙන අනෙක් නාස් පුඩුව මුත්‍රා භාජනයේ ගිල්වල හෙමිහිට ටික ටික ඉහළට අදින්න. උගුරට රස දැනෙන කොට කටින් පිට කරන්න. මේ විදිහට කීප වරක් කරන්න. ඉන්පසු අනෙක් නාස් පුඩුවෙනුත් ඒ විදිහටම කරන්න.

මුලදි මේ ක්‍රමය ටිකක් දුෂ්කර දෙයක් හැටියට පෙනුනත් කල් යනකොට අපහසුවක් නැතිව කරන්න පුළුවන්. එතකොට මුත්‍රා ටිකක් භාජනයකට අරගෙන නාස් පුඩු දෙකෙන්ම එකවර වුනත් අදින්න පුළුවන්. මේ ක්‍රමය සාමාන්‍ය සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව සඳහටම දුරු කරන්න තරම් අත්දුටු ප්‍රතිකාරයක් බව සඳහන් වෙනවා.

04. ජිව්හා රෝග (දිව හා සම්බන්ධ රෝග)

මේ ආදීනව සංඥාව යටතේ සංග්‍රහ වන මුඛ රෝග, දන්ත රෝග යන දෙකම ජිව්හා රෝග යටතට ඇතුලත් බව සළකන්න. මේ සඳහාත් මුත්‍රාවල මුල අග කොටස් නැතිව මැද කොටස පානය කිරීම යෝග්‍යයි. නැත්නම් දවසේ ඕනෑම වෙලාවක මුත්‍රා මුඛයට අරගෙන විනාඩි 20 ක් මුඛයේ රඳවාගෙන ඉන්න. ඒ විදිහට දිගු වෙලාවක් ඉන්න අපහසු නම් හැකිතාක් වෙලා තියාගෙන ඉඳල ඉවත දාන්න. මේ ක්‍රමයෙන් උගුරේ අමාරු, දත් කැක්කුම්, දත් ගෙඩි, හුණු බිබිලි, කටේ තුවාල ආදිය සමනය වෙනවා. උගුරේ ආබාධ සඳහා මුත්‍රාවලින් උගුර සේදීමත් සක්‍රීය ක්‍රමයක්.

05. කාය රෝගෝ (ශාරීරික රෝග)

මේ යටතේ හුඟක් රෝග ඇතුලත් වෙනවා. ශාරීරික ශක්තිය, තාරුණ්‍යය, සුළු සුළු ඇඟේ අමාරු සඳහාත්, සියලු කායික රෝග නිවාරණය සඳහාත් උදේ පිට කරන මුත්‍රාවල මැද කොටස පානය කරන්න. **මුත්‍රාවල මුල්ම කොටසින් මුත්‍රා මාර්ගය පිරිසිදු කරන නිසා ඒ කොටස ඉවත දාන්න ඕන. මැද කොටසේ මුත්‍රා පිරිසිදුයි. අන්තිමට පිටවන මුත්‍රාවල සමහර විට මණ්ඩි කොටස් තියෙන්න පුළුවන්. ඒ කොටස වටිනාකමිනුත් අඩුයි. ඒ නිසයි අඩු කොටස ඉවත දාන්නෙ.** මේ සඳහා පාවිච්චි කරන්න ඕන ඒ දවසෙම ගන්න මුත්‍රා.

උදේම ලබා ගන්න මුත්‍රා දවසේ වෙනත් වෙලාවක පානය කරනව නම්, නිතරම ආහාර වේලකට පැයකටවත් කලින් ගන්න ඕන. වැඩිම ප්‍රමාණයක් එන්සයිම තියෙන්නෙ උදේ පිට කරන මුත්‍රාවල. රාත්‍රියට මුත්‍රා වැඩි වෙලාවක් ශරීරයේ තියෙන නිසා උදේ පිට කරන මුත්‍රාවල අගයත් වැඩියි. පානයට වඩාත්ම සුදුසු වෙන්නෙ අළුයම 4 - 5 අතර කාලයේ ගන්න මුත්‍රා.

මුත්‍රාවල තියෙන ජීවානුහරණ සහ විසබීජ නාශක ගුණ සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණයෙහිලා ආකාර දෙකකට උපකාර වෙනවා. ඒ කියන්නෙ ශරීරයේ විස අපද්‍රව්‍ය සහ අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීමත් මාංශ පේශී, ඉන්ද්‍රියන් පුනරුත්තාපනය කිරීමත් කියන ක්‍රම දෙක.

06. සීස රෝගෝ (හිසේ අමාරු)

අකලට තට්ටය පෑදීම, හිස් හොරි, හිසේ කැක්කුම්, ඉරුවාරදය, අකලට කෙස් යෑම වගේ රෝග අවස්ථාවලදි මුත්‍රා යොදල හිස සම්බාහනය කිරීම ඉතා ප්‍රතිඵලදායකයි. හිසට මුත්‍රා දමල සම්බාහනය කරල පැය 1/2 ක් තියෙන්න ඇරල මඳ රස්නෙ උණු දියෙන් සෝදා හරින්න ඕන. හැබැයි සබන්, ෂැම්පු වර්ග හිසට යොදන්න හොඳ නෑ.

07. කණ්ණ රෝගෝ

මේ රෝගය කම්මුල්ගාය කියල පොත්වල අර්ථ දක්වල තිබුනත්, ඊටත් වඩා ගැඹුරු අර්ථයක් තියෙන බව වර්තමාන සම්ප්‍රදායානුකූල නොවන සුව කිරීම් ක්‍රම දිහා විමසිල්ලෙන් බලනකොට වටහගන්න පුළුවන්. විශේෂයෙන් චීන කටු චිකිත්සාවෙදි සහ ඒ නිල සම්බාහන ක්‍රමවේදයෙදි කන විශේෂ නිල රාශියක් නියෝජනය කරන නිසා, ඒ සඳහාම වෙන් වුන චීන කටු චිකිත්සාව අද බොහෝ රටවල බිහි වෙලා තියෙනවා. මේ ක්‍රමයෙදි කන මුළු ශරීරයේම යතුරු පුවරුවක් විදිහට සළකනවා. කනේ විතරක් අදාළ නිල 200 ක් පමණ තියෙන බව සඳහන් වෙනවා.

වසර දෙදාහකට පමණ පෙර පවා චීනයේ මේ පිළිබඳ පිරිසිදු දැනුමක් තිබුන බවට සාක්ෂි හමුවෙලා තියෙනවා. රෝග ලක්ෂණ දැන ගැනීමේදී සහ අදාළ ප්‍රතිකාරවලදී කන විශේෂත්වයක් ගන්නවා.

මේ විදිහට කනේ උනන්දුකාරක ස්වභාවය හුවා දක්වන තථාගතයන් වහන්සේ, **භාවනා කරන අවස්ථාවල නිදිමත ගතිය පහළ වුනාම කන ඇදීම, මිරිකීම... ආදියෙන් නිදිමත නැති කරගන්න හැටි වදාරළ තියෙනවා.** දැනට ඉදිරිපත් වෙලා තියෙන තොරතුරු අනුව බොහෝ අසාධ්‍ය රෝග සම්බන්ධයෙන් කන කල් තියා රෝග ලක්ෂණ දක්වමින් රෝග නිර්ණයට උදව් කරනවා. කනේ ඒ ඒ නිල උවමනාවෙන් පරීක්ෂා කළොත්, ඒ පිළිබඳ දැනුම තියෙන කෙනෙකුට රෝග හඳුනා ගන්නත් ඒ සඳහා ප්‍රතිකාර කරන්නත් පුළුවන්.

දියවැඩියාව, තෛරොයිඩ් ග්‍රන්ථිවල පිළිකා, ආතරෛටීස්, රූමැටික් වේදනා, අක්මාවේ පිළිකා, හෙපටයිටිස්, ඇදුම සහ සාමාන්‍ය පිළිකා තියෙන අය විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කරන්න ඕන. මේ වගේ අය දිනපතා උණුසුමට හදාගන්න පරණ මුත්‍රා කොටස් එකකට උණු කරගත් ජලය කොටස් 2 ක් එකතු කරල එයින් කන පෙදෙස හෝදල විනාඩි කීපයක් සම්බාහනය කරන්න ඕන. පසුව මඳ උණු වතුරෙන් කන හෝදල දාන්න. අළුයම මුත්‍රා පානය කරමින් ඉහත ක්‍රමය අනුගමනය කළොත් සාර්ථක ප්‍රතිඵල අත්දකින්න පුළුවන්.

08. මුඛ රෝගෝ (මුඛයේ රෝග)

ජිව්හා රෝග යටතේ දක්වපු මුඛ සෝදන ක්‍රමය මුඛ රෝග සඳහාත් එක සේ ගුණදායකයි. මුඛය වනවීම්, තොල් පැලීම් සඳහා පූති මුත්ත පානය සහ මුත්‍රාවලින් කට සේදීම ඉතා ගුණදායකයි.

09. දන්ත රෝගෝ (දත් කැක්කුම)

දත් කැක්කුම්, දත් සෙලවීම්, කට ගඳ ගැසීම්, විදුරු මස් දියවීම් සඳහාත් අංක 4 ජිව්හා රෝග

යටතේ දක්වපු ප්‍රතිකාර ක්‍රම අනුගමනය කිරීමෙන් දත් රෝග සඳහා සහනය ලබා ගන්න පුළුවන්.

10. කාසෝ (කැස්ස)

ඉන්ගිබොග් ඩල්මන් කියන ජර්මන් ජාතික කාන්තාව අසාධ්‍ය විදිහට ඇදුම රෝගයෙන් පීඩා විඳපු කෙනෙක්. නොයෙක් වෛද්‍ය ක්‍රමවල පිහිට පතපු ඇය විසාල වශයෙන් මුදල් වියදම් කරල ආර්ථික වශයෙනුත් පිරිහුන තත්ත්වයට පත් වෙලා හිටියෙ. අහම්බෙන් වගේ මේ ස්ව මූත්‍රා ප්‍රතිකාරය ගැන අහන්න ලැබිල, ඒක අත්හදා බලල සම්පූර්ණයෙන්ම ඇදුම රෝගය සුවපත් වෙලා තියෙනවා. ඊට පස්සෙ ඇය මේ බෙහෙත ගැන පුදුමයට පත් වෙලා (The healing power of urine theraphy, (මූත්‍රාවල ඇති සුව කිරීමේ ශක්තිය) නම් පොත 1993 දි ජර්මන් බසට ලියල පසුව ඉංග්‍රීසි බසටත් නගල තියෙනවා.

ඒ වගේම අසාධ්‍ය තත්ත්වයෙන් ඇදුම රෝගයෙන් පෙළෙමින් හිටපු රාඕජිබහායි මනිභායිපටෙල් මහතා ස්ව මූත්‍රා පානයෙන් සුවපත් වෙලා "මානව මූත්‍රා" නම් අගනා පොතකුත් ලියල පළ කරල තියෙනවා. පසුව ඒ පොත Toto urine theraphy නමින් ඉංග්‍රීසි බසටත් පරිවර්තනය කරල තියෙනවා.

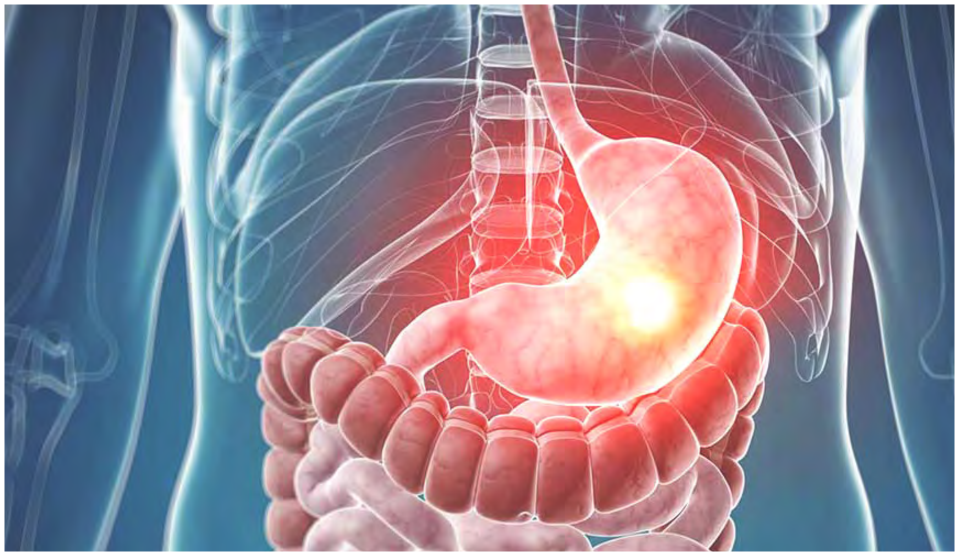
12. පිනාසෝ (පීනස)

පීනස් රෝග 18 ක් පමණ ආයුර්වේදයේ සඳහන් වෙනවා. පූති මුත්ත බෙහෙත නාසයට ඉරීම, නාසය සේදීම වගේම මූත්‍රා පානය කිරීමෙන් සියලු පීනස් රෝග සුව කර ගන්න හැකි වෙනවා.

13. ඩහෝ (බඩ දැවිල්ල)

මේ රෝගය අද සමාජයේ බහුල වශයෙන් දකින්න ලැබෙන තත්ත්වයක්. මේ සඳහා නා නා හේතු බලපානවා. ගැස්ට්‍රයිටිස් හෙවත් අම්ලපිත්ත ප්‍රදාහය විදිහටත් හඳුන්වනවා. ආරණ්‍යවාසී භික්ෂූන් වහන්සේලා උදේ කාලයේ පමණක් ආහාර ගැනීම නිසා රාත්‍රියේ වැඩි වෙලාවක් බඩ හිස්ව පැවතීම මේ රෝගී තත්ත්වය හැදෙන්න බලපාන බහු හේතුන්ගෙන් එකක්. ඒ නිසා මේ රෝගය තියෙන ගිහි පැවිදි කවුරුත් සැළකිලිමත් වෙන්න ඕන.

භික්ෂූන්ට වදාළ නිශ්‍රය හතරෙන් පූති මුත්ත බෙහෙත පැවිද්දා දිවි ඇති තෙක් පාවිච්චි කළ යුතු බව කියන බුද්ධ වචනය නොසළකා හැරීම නිසා භික්ෂූන්ට මේ රෝග තත්ත්වය බහුලව තියෙනවා.



මූත්‍රාවල තියෙන ක්ෂාර ගතිය මේ රෝගී තත්ත්වයට ඉක්මන් සහනයක් ගෙනදෙනවා. ටික කාලයක් දිගටම පානය කිරීමෙන් සහ ආහාරවලින් පත්තියම් වීමෙන් පූර්ණ සුවයක් ලබන්න පුළුවන්.

14. ජරෝ (උණ රෝගය)

සාමාන්‍ය උණ රෝගය සඳහා මූත්‍රාවලින් ඇඟ සම්බාහනය කිරීමත්, තැවීමත් කරන අතර පූති මුත්ත පානය කිරීමෙන් ඉක්මන් සුවයක් ලබන්න පුළුවන්. ඒ වගේම වර්තමානයේ කුරුළු උණ, මී උණ වගේ රෝග සඳහාත් මේ බෙහෙත අත්හදා බලන්න පුළුවන්.

15. කුච්ජි රෝගෝ (උදරාබාධ)

මේක බොහෝ රෝග තත්ත්වයන් හඳුන්වන්න යොදන පොදු නමක්. උදේ මූත්‍රා වීදුරු 1/2 ක් පමණ පානය කිරීමෙන් බඩේ තුවාල තත්ත්වයන් පවා සම්පූර්ණයෙන් සුව කර ගැනීමේ හැකියාව තියෙනවා. ඇමරිකානු ජාතික වෛද්‍ය ජෝන් වයිසන් හවුසන් මහතා මූත්‍රා පානයෙන් බඩේ අමාරු සුව කරගෙන මේ ප්‍රතිකාර ක්‍රමය ලොව පුරා පැතිරවීමට විවිධාකාරයෙන් උනන්දු වූ බවත් සඳහන් වෙනවා.

16. මුච්ජා (සිහි මූර්ජාව)

මේ තත්ත්වය බොහෝ විට ඇති වෙන්නෙ වෙනත් ශාරීරික ආබාධයක අනතුරු ඇඟවීමේ සංඥාවක් විදිහට. ඒ නිසා මූලික ආබාධය හඳුනගෙන ඒ අනුව ප්‍රතිකාර කරන්න වගබලා ගන්න ඕන. "ත්‍රිපිටකයේ විස්මිත බෙහෙත" නමැති පොතේ, දෙබරුන් විසාල වශයෙන් දෂ්ට කරල සිහි මූර්ජා වෙච්ච කෙනෙකුට මූත්‍රා පොවල ඇඟ පුරා මූත්‍රා ගෑමෙන් විනාඩි 10 ක් ඇතුලත සිහි මූර්ජාව දුරු වෙලා සුවය ලැබුනු බව සඳහන් වෙනවා.

17. පක්ඛන්දිකා (ලේ බඩ යෑම)

මේක නොයෙක් හේතුන් නිසා ඇති වෙන්න පුළුවන් රෝග තත්ත්වයක්. තථාගතයන් වහන්සේටත් අවසාන කාලයේ ලෝහිත පක්ඛන්දිකා කියල රෝගයක් හැදිල තියෙනවා.

"Wonder of Uropathy" කියන පොත ලියපු මහත්මා මේ පූති මුත්ත බේතට යොමු වෙලා තියෙන්නෙ ඇමීබා අතීසාරය නමැති රෝගය නිසා. මේ අසනීපය ගැන වෛද්‍යවරු පවසල තියෙන්නෙ, මැරෙන කල් හොඳ කරන්න බැරි රෝගී තත්ත්වයක් විදිහට. නමුත් අරුම පුදුම බේතක් විදිහට මූත්‍රා පානය අත්හදා බලල ඒ මාරාන්තික රෝගය පවා සුව වෙලා තියෙනවා. ඒ නිසාම ඔහු තමන්ගෙ රැකියාවෙනුත් අස්වෙලා ප්‍රතිකාර ක්‍රමය වෙනුවෙන් පූර්ණ කාලීනව කටයුතු කරල තියෙනවා.

18. සූලා (ඉදිමීම)

නොයෙක් රෝගී තත්ත්වයන් නිසා ශරීරය ඉදිමෙන්න පුළුවන්. වකුගඩු අමාරු උත්සන්න

වීම නිසා ඇතිවන ඉදිමීම් පවා පූති මුත්ත බෙහෙතෙන් සුව කරගත් අවස්ථා වාර්තා වෙලා තියෙනවා. ඉදිමුන තැන්වල මුත්‍රා ආලේප කිරීම සහ මුත්‍රා පානය කිරීමෙන් මේ වගේ තත්ත්වයන්ට සහනය ලබා ගන්න පුළුවන්.

19. විසූචිකා (බඩ රිදුම)

මේ තත්ත්වය විවිධ ආමාශගත රෝග වගේම වෙනත් හේතූන් නිසාත් හටගන්නවා. එක තැනැත්තියකගේ සුව නොවන බඩේ කැක්කුමක් තිබිල ඒ සඳහා නොයෙක් පරීක්ෂණ කළත්, වෛද්‍යවරු ප්‍රකාශ කරල තියෙන්නෙ ආමාශයේ රෝගයක් නැති බව. මේ තත්ත්වය වහරක අභයරතනාලංකාර හාමුදුරුවන් ගිහි වතක ඉන්නකොට දැනුම් දුන්නට පස්සෙ සමාධියෙන් රෝග තත්ත්වය බලල තියෙනවා. ඒ අනුව **දතක් පණුවො කෑම නිසා ඒකෙ විස බඩට යෑමෙන් බඩේ කැක්කුම හැදෙන බවත්, දත ගැලවීමෙන් රෝගය සුව කරගන්න පුළුවන් බවත් දැනුම් දීල** තියෙනවා. දත ගැලවීමත් සමගම වෛද්‍යවරුන්ට පවා සොයා ගන්න බැරි වෙච්ච රෝගය එයින්ම සුවපත් වෙලා තියෙනවා. මේ කාරණය සඳහන් කළේ, බඩේ කැක්කුම්වලට උදරයේ ගැටළු විතරක් නෙවෙයි, වෙනත් හේතු නිසාත් ඒ තත්ත්වයන් ඇතිවන බවට වර්තමාන අත්දුටු උදාහරණයක් පෙන්වා දෙන්න. කුච්ඡි රෝග සහ පක්ඛන්දිකා රෝග යටතේ විස්තර කළ ප්‍රතිකාර මේ සඳහා ගැලපෙනවා. උදේ මුත්‍රා පානයෙන් සියලු බඩේ රුදා සුව කරගන්න පුළුවන්.

20. කුට්ඨං (ලාදුරු)

ලාදුරු රෝගීන් මේ බුද්ධ සාසනයේ පැවිදි උපසම්පදා ලබන්නත් නුසුදුසු බව සඳහන් වෙනවා. නමුත් මේ රෝගී තත්ත්වයට ස්ව මුත්‍රා පානයෙන් සහනදායී ප්‍රතිඵල ලබා ගන්න පුළුවන්.

21. ගණ්ඩෝ (ගෙඩි)

ගඩු සහිත පුද්ගලයන්ටත් මහණ උපසම්පදාව අභව්‍යයි. අළුයම මුත්‍රා අරගෙන ගෙඩිවල ආලේප කිරීම සහ පානය කිරීම සුවපත් කරගන්න හේතු වෙනවා.

22. කිලාසෝ (සුදු කබර)

සුදු කබර රෝගයට ස්ථිරසාර විසඳුමක් දැනට තියෙන වෛද්‍ය ක්‍රමවල නැති වුනත්, පූති මුත්ත පානය කිරීමෙන් සහ පිටින් ආලේප කිරීමෙන් සුව වෙච්ච අවස්ථා මේ සම්බන්ධව ලියා පළ කළ පොත්වල සඳහන් කරල තියෙනවා. ඒ නිසා මේ රෝගී තත්ත්වය තියෙන අය උනන්දු වෙනව නම්, රෝගය සුව වීම සම්බන්ධව අත්දැකීම් ලබන්න පුළුවන්.

23. සෝසෝ (ක්ෂය රෝගය)

"Water of Life" නම් පොතේ සඳහන් වෙන කතාවක් තමයි මේ. මහ පාරෙ හිඟා කන ක්ෂය රෝගය වැළඳුන, ශරීරය ඇට සැකිල්ලක් බඳු, ශරීරය කෘෂ වූ යාචකයෙක් හිටියා. ඔහුට සිවම්බු හෙවත් ස්ව මුත්‍රා පානය ගැන කරුණු කියල දීල, දවසේ පිට කරන සියලු මුත්‍රා පානය කරන අතර මුත්‍රා යොදාගෙන කය සම්බාහනය කිරීම පිළිබඳ උපදෙස් දුන්නා. දින දෙකකට පස්සෙ, මාසයක් පමණ කාලයක් තිබ්ච්ච බඩේ කැක්කුම සුව වුන බවත්, සතියක් පමණ යනකොට ඔහුගේ ක්ෂය රෝග තත්ත්වය සමනය වුන බවත් ඔහු ප්‍රකාශ කරල තියෙනවා.

දැනට වසංගතයක් වගේ ලෝකය පුරා පැතිරිලා යන මාරාන්තික ඒඩ්ස් රෝගයටත් ස්ව මුත්‍රා පානයෙන් සුවය ලබා ගන්න පුළුවන්. එහෙම සුව වෙච්ච රෝගීන් පිළිබඳ වාර්තා "ත්‍රිපිටකයේ විස්මිත බෙහෙත" නමැති පොත බැලීමෙන් දැන ගන්න පුළුවන්.

24. අපමාරෝ (අපස්මාරය)

අපස්මාර සහිත පුද්ගලයොත් සාසනයේ මහණ උපසම්පදාවට නුසුදුස්සන් වෙනවා. මේ වගේ රෝග සඳහාත් පූති මුත්තය අත්හදා බලන්න පුළුවන්. කෝකටත් තෛලය කියනව වගේ, විවිධාකාර රෝග එකම බෙහෙතකින් මුදලක් වියදම් නොකර ඉතා පහසුවෙන් සුව කර ගන්න පුළුවන් කියන්නෙ මහා ආශ්චර්යයක්. බුදුවරු පවා අනුමත කරල තියෙන්නෙ මේ බේතෙ විස්මිත බව බුදු ඇසින් දැකලමයි.

25. දද්දු (වට පණු රෝග)

මේක හමේ රෝගයක්. උදේම ලබා ගන්න මුත්‍රා හමේ කසන කොටසේ ආලේප කිරීම සහ පානය කිරීම මේ සඳහා තියෙන ප්‍රතිකාරය වෙනවා.

26. කණ්ඩු (කැසිල්ල)

මේ තත්ත්වය සිංහලෙන් කඩුවේගන් කියල හඳුන්වනවා. මේක වද දෙන රෝගී තත්ත්වයක්. දිනපතා මුත්‍රා ආලේප කරල පැයක් පමණ තියෙන්න හැරල මඳ රස්නෙ උණු දියෙන් සෝදල හරින්න. සබන් ගෑම වගේම කෘතිම ආලේප ගැල්වීමත් හොඳ නෑ. සියලුම හමේ රෝගවලට මුත්‍රා පානය වගේම ආලේප කිරීම පොදු ප්‍රතිකාරයක් විදිහට පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්.

27. කච්ඡු (විදාරණය - කුෂ්ට)

විදාරණය හෙවත් පිට දැවීම කියල මේ රෝගය හඳුන්වනවා. මේක උෂ්ණය නිසා ඇතිවන රෝග තත්ත්වයක්. කුෂ්ටය මත දිනකට කීප වතාවක් මුත්‍රා ආලේප කරන අතර උදේ මුත්‍රා පානය සිදු කිරීමෙන් මේ රෝගය නිට්ඨාවටම සුව කරගන්න පුළුවන්.

28. රඛසා

"නඛෙහි විලේඛිතට්ඨානේ රෝගෝ" පයේ මාපටඟිල්ලේ නියපොත්ත මස කාගෙන වැඩීම නිසා ඇතිවන අධික වේදනා ගෙන දෙන රෝගී තත්ත්වයක්. රිදෙන තැනට උදේ මුත්‍රා දමල පැයක් දෙකක් තියෙන්න ඇරල උණු ජලයෙන් හෝදල දාන්න. වේදනාව ඉක්මනින් නැතිවෙලා සහනය ලැබෙනවා. දිනපතා කිරීමෙන් රෝගය සහමුලින්ම සුව කරගන්න පුළුවන්.

29. විතච්ඡිකා (සැරව බිබිලි)

ශරීරයේ තියෙන විස පිට කිරීමේ ක්‍රමයක් විදිහට සැරව බිබිලි හඳුන්වන්න පුළුවන්. මුත්‍රා ආලේප කිරීම වගේම පානය කිරීමෙන් මේ රෝගී තත්ත්වයෙන් මිදෙන්න හැකියාව ලැබෙනවා.

30. ලෝහිත පිත්තං (රත්ත පිත්ත)

බාහිරව සිදුවන තැලීමක් හෝ වෙනත් තුවාලයකින් හෝ

තොරව සිරුරේ පවතින මුඛ, නාසා, ගුද වැනි කවර හෝ දොරටුවකින් ලේ පිටවීමේ රෝගය රත්ත පිත්ත කියල හඳුන්වනවා. ප්‍රතිකාර වශයෙන් අංක 18 ඉදිමුම් යටතේ දක්වල තියෙන විස්තරය කියවන්න.

31. මධුමේහෝ (දියවැඩියාව)

වර්තමානයේ කුඩා දරුවාගේ පටන් වැඩිහිටියන් දක්වා බහුලව දකින්න තියෙන තවත් වද දෙන රෝගයක්. මේ සඳහා දීර්ඝ කාලීනව පාවිච්චි කරන බටහිර ඖෂධ නිසා වකුගඩු පවා නරක් වෙලා බොහෝ අතුරු ආබාධ ඇති වෙන්න හේතු වෙනවා. මේ රෝගය සුව කර ගන්න දැනට පවතින වෛද්‍ය ක්‍රමවලින් බැරි වුනත්, පූති මුත්ත ඖෂධයෙන් අත්දුටු ප්‍රතිඵල ලබල තියෙනවා. ආහාර පාන ගැනත් සැළකිලිමත් වෙලා දිනපතා අළුයම මුත්‍රා පානය කිරීමෙන් දියවැඩියාව සුව කරගන්න පුළුවන්.

32. අංසා (අර්ශස්)

මේකත් බොහෝ පීඩා ගෙන දෙන, ලාංකික ජනගහනයෙන් වැඩි පිරිසකට බලපාන රෝගයක්. මේ සඳහා මඳ උණුසුම තියෙන මුත්‍රා බේසමක, අධෝ මාර්ගය ගිලෙන සේ වාඩි වී සිටීම හෝ මුත්‍රාවලින් පෙඟ වූ රෙදි කැබැල්ලක් අධෝ මාර්ගයට ඇතුල් කර තැබීම හෝ අමුඩයක් ආකාරයට බැඳ තැබීම ඉක්මන් සුවය ලබා ගන්න හේතු වෙනවා. ඒ වගේම දිනකට දෙවරක් පමණ මුත්‍රා වස්ති කිරීමත් ඉතා සාර්ථක ක්‍රමයක්. සිරින්ජයක් ආධාරයෙන් ඒක පහසුවෙන් තමන්ටම කරගන්න පුළුවන්.

දිනපතා මුත්‍රා පානය කරමින් ඉහත ක්‍රමත් අනුගමනය කළොත් මාස කීපයකින් අර්ශස් රෝගය සුව කරගන්න පුළුවන්. අවුරුදු 75 ක් පමණ වයස දීර්ඝ කාලයක් අර්ශස් රෝගයෙන් පීඩා විඳපු කෙනෙකුට මම මේ ප්‍රතිකාර ක්‍රමය පෙන්වා දීමෙන්, මාසයක් පමණ යනකොට ලේ පිටවීම සම්පූර්ණයෙන්ම නැවතිලා විසාල සහනයක් ලැබිල තියෙනවා.

ආයුර්වේදයේ මුත්‍රා ද්‍රෝණියක ලෙඩා බස්සවා තැබීම මේ සඳහා අත්දුටු ක්‍රමයක් විදිහට දක්වල තියෙනවා. ලංකාවේ පැරණි නටඹුන් අතර කිහිප තැනකම හමුවන බෙහෙත් ඔරු මේ සඳහා යොදාගෙන තියෙන බව හිතන්න පුළුවන්.

33. පිළිකා

මේ මුල් දුවන මාරාන්තික රෝගය පිළිබඳව සම්මත වෛද්‍ය ක්‍රම කිසිවක් නිත්‍ය පිළිතුරක් නොසපයන වර්තමාන තත්ත්වය යටතේ, ස්ව මුත්‍රා ක්‍රමය පිළිකා රෝගීන්ට විශේෂ බලාපොරොත්තුවක් ගෙන දෙන්න සමත් වෙලා තියෙන බවට ප්‍රමාණවත් තොරතුරු මේ පිළිබඳ පළ කළ පොත්වල සඳහන් කරුණුවලින් පෙනී යනවා. "ත්‍රිපිටකයේ විස්මිත බෙහෙත" නමැති පොතේ ස්ව මුත්‍රා ප්‍රතිකාරයෙන් සුව වූ රෝගීන් පිළිබඳ විස්තර බලාගන්න පුළුවන්.

34. භගන්දලා

සුව කරන්න බැරි දරුණු ගනයේ රෝගයක් විදිහට ආයුර්වේදයේ මේ තත්ත්වය සඳහන් වෙනවා. බොහෝ විට අර්ශස් වගේ රෝග නිසා මේ තත්ත්වය හට ගන්නවා. මීට පෙර අර්ශස් රෝගයට නිර්දේශ කළ ප්‍රතිකාර ක්‍රම මේකටත් ගැලපෙනවා.

35. පිත්ත සමුට්ඨානා ආබාධා (පිත් රෝග)

පිත මුල් කරගෙන හට ගන්නා සියලු රෝග සඳහා මුත්‍රා පානය, උපවාසය (ඝන ආහාර නොගෙන දියර ආහාර පමණක් ගැනීම), ආහාර පුරුදු අනුගමනය කිරීම රෝග නිවාරණයට හේතු වෙනවා.

36. සෙම්හ සමුට්ඨානා ආබාධා (සෙම් රෝග)

පොදුවේ මේ සඳහා මුත්‍රා පානය, මුත්‍රාවලින් නාසය සේදීම, නස්න කිරීම... ආදියෙන් සෙම් රෝග සමනය කරගන්න පුළුවන්.

37. වාත සමුට්ඨානා ආබාධා (වාත රෝග)

වාත රෝගවලදී මුත්‍රා පානයට අමතරව ශරීරයේ මුත්‍රා ආලේප කරල සම්බාහනය කිරීමත් ඉතා ගුණදායකයි.

38. සන්නිපාතිකා ආබාධා

මේ තත්ත්වය, කිපීම කියල සාමාන්‍ය ව්‍යවහාරයේ දක්වෙනවා. මේ සඳහා මුත්‍රා පානය මුල් කරගත් අනෙකුත් අදාළ ප්‍රතිකාර සුදුසු විදිහට යොදා ගන්න ඕන. පූති මුත්ත බෙහෙත නිසා කිසිම ආකාරයකින් අතුරු ආබාධ ඇති නොවීමත් විශේෂයක්.

39. උතුපරිනාමජා ආබාධා

විවිධ ඍතු ගුණ නිසා ඇතිවන ආබාධ සඳහාත් මුත්‍රා පානය ගුණදායකයි. මුත්‍රා සමග පොදුවේ අරළු කුඩු සහ තවත් විවිධ ඖෂධ වර්ග වැළඳීම වර්ෂා ඍතුවට වගේම හේමන්ත ගිම්හාන ඍතුවලටත් ගුණදායක බව සඳහන් වෙනවා.

40. විසම පරිහාරජා ආබාධා

මේවා පොදුවේ ආසාත්මිකතාවයන් විදිහට දක්වන්න පුළුවන්. යමක් සේවනයෙන් ඇඟට අගුණ නම් ඒක තව කෙනෙකුට හිත වුනත් තමන්ට ආසාත්මිකයි. චර්යාත්මක විෂමතාවය වගේම කාර්මීකරණය නිසා වර්තමානයේ පැන නැගිල තියෙන සංකීර්ණතාත් මේ යටතේ සළකන්න පුළුවන්.

ආහාර පරිභෝජනයෙදි ඒවායේ තියෙන සප්පාය අසප්පාය බවට කොතෙක් දුරට පරිභෝජනය කරන්නා වගකිව යුතුද ? වර්තමානයේ අසප්පාය ආහාර ගැනීම නිසා විවිධ ආබාධවලට ගොදුරු වෙලා තියෙනවා. මුත්‍රා පානය මේ සඳහා හිත කර විදිහට ක්‍රියාත්මක වෙනවා.

41. ඕපක්කමිකා ආබාධා

හදිසි අනතුරු ආදියෙන් සිදුවන විපත් මේවට ඇතුලත් වෙනවා. වධ බන්ධන ආදියත් මේකට අයිතියි. මේ කුමන තත්ත්වයකදි වුනත් පූති මුත්ත බෙහෙතෙන් සහනය ලබන්න පුළුවන්.

විස සහිත ආයුධවලින් සිදුවුන තුවාල සඳහා මේ ප්‍රතිකාරය ඉතා සුදුසුයි. සූත්‍ර පිටකයෙදි මුත්‍රා මගින් විස නැසීම සිදුවන බවත්, විනය පිටකයෙදි සර්ප විසට පොඩි දරුවන්ගේ අසූචි, මුත්‍රා, අළු, මැටි 4 වර්ගය දිය කරල පොවන ලෙසත් තථාගතයන්



අංශභාගය ඇතුළු ස්නායු මුල් කර ගත් රෝග රැසකට ප්‍රත්‍යක්ෂ සමාධිමය අත් බෙහෙත්

වහරක අභයරතනාලංකාර හිමියන් ගිහි වතක සිටියදී, විවිධ ලෙඩ රෝග සඳහා සමාධියෙන් මතු කර ගත් බෙහෙත් බොහොමයක් තියෙනවා. මේ වෙනකොට තියෙන කිසිම පුස්කොළ පොතක හෝ පැරණි පොතපතක හෝ සඳහන්ව නැති ඒ බොහොමයක් බෙහෙත් වර්ග උන්වහන්සේට බෙහෙත් සමාධියෙන්ම මතු වූ ඒවා. සසර පැතුමක් අනුව පාරමිතා පුරාගෙන අසරණ රෝගීන්ට ප්‍රතිකාර කිරීමේ පුරුද්දක් වශයෙන්, පෙර අත්බැව් කිහිපයකම වෛද්‍යවරු, ඍෂිවරු... ආදීන් විදිහට කටයුතු කරල බේත් හේත් කිරීමේ ප්‍රතිඵලයක් විදිහට තමයි ඒ හැකියාව ලැබිල තියෙන්නෙ.

අවසාන අත්බවයේ සසර පැතුමක් හා බුද්ධ ශ්‍රාවක විවරණ මල්ඵල ගන්වමින්, මහා භව රෝගයට අවශ්‍ය දහම් ඖෂධ උන්වහන්සේ විසින් නැවත මතුකරල දුන්නත්, ගිලාන ප්‍රත්‍ය කටයුත්තක් වශයෙන් ඒ හා සමගාමීව මස් ලේ කයට කරන විස්මිත බෙහෙත් ඖෂධ හැකියාවත් උන්වහන්සේට පිහිටා තිබුනා. මේ ලෝකයෙන් අල්ල ගන්න හරවත් කිසිම දෙයක් නෑ කියල ජාත සෝතාපන්නයෙක් විදිහටත් තේරුම් අරගෙන තිබුන නිසා, ඒ කිසිම ප්‍රතිකාරයක් හෝ ඖෂධයක් හෝ උන්වහන්සේ සැඟවීමකින් තොරව ගුරු මුෂ්ටි නොතබාම ලෝ සතුන් කෙරෙහි දයානුකම්පාවෙන් හෙළි කළා.

ඒ විදිහට හෙළිදරව් කළ බොහොමයක් ඖෂධ තමයි මේ සඟරාවෙ විටින් විට පළ කරන්නෙ. ඒ කිසිම ප්‍රතිකාරයක් හෝ බෙහෙත් වට්ටෝරුවක්හෝසැඟවීමකින් තොරව උන්වහන්සේ විසින්

වහන්සේ වදාරළ තියෙනවා. ඒ වගේම ආයුර්වේදයෙත් "මහවිකටය" නමින් මේ හතර වර්ගය සඳහන් කරල තියෙනවා.

42. කම්ම විපාකජා ආබාධා

බලවත් කර්ම විපාක හේතුවෙන් හැදෙන ආබාධ සඳහා ඖෂධ ප්‍රතිකාර සාර්ථක නොවන අවස්ථා නැතුව නෙවෙයි. කර්ම ගෙවා හැරීමට ප්‍රතිකර්ම වශයෙන් ඒ ඒ දේට අදාළ සාසනික පිං දහම් කරල, සසරේදි අවැඩ අසාධාරණවලට ලක් වූවන්ට පුණ්‍යානුමෝදනාවෙන් වන්දි ගෙවල, ආර්ය මෛත්‍රී භාවනාව වඩල කර්මවේග සමනය කරගෙන ඖෂධ ප්‍රතිකාර පාවිච්චියෙන් කර්ම රෝගවලට වුනත් සහනයක් ලබන්න පුළුවන්.

සීත, උෂ්ණ, බඩගින්න, පිපාසා... ආදිය නිසාත් නොයෙක් කායික අපහසුතා ඇතිවෙන්න පුළුවන්. මළ පහ කිරීමේ අපහසුතා, මුත්‍රා අඩස්සිය, මුත්‍රා ගල් වගේ අවස්ථාවලදි පූති මුත්ත ප්‍රතිකාරයෙන් සහනය ලබන්න පුළුවන්.

"පූති මුත්ත භේසජ්ජං නිස්සාය පබ්බජ්ජා තත්ථ තේ යාවජීවං උස්සාහෝ කරණීයෝ" කියන ශ්‍රේෂ්ඨ බුද්ධ වචනය අනුව, පැවිද්දා ලෙඩක් ඇතත් නැතත් පූති මුත්ත බෙහෙත දිවි ඇති තෙක් පාවිච්චි කළ යුතු බව තථාගතයන් වහන්සේ වදාරළ තියෙනවා.

මේ කාරණය පැවිද්දාට විශේෂයෙන් දේශනා කරල තිබුනත්, සියලු මනුස්සයින්ට තියෙන අට අනූවක් රෝග නව අනූවක් ව්‍යාධි සමනය කරගන්නත්, අළුත් රෝගවලින් වැළකිලා නිරෝගිකම රැක ගන්නත්, දෛනික පුරුද්දක් විදිහට මුත්‍රා පාවිච්චි කරනව නම් මේ බේතෙ අගය තමන්ටම අත්දකින්න පුළුවන්. මේ පිළිබඳ වැඩි විස්තර දැනගන්න මතුගම මහින්ද විජේතිලක මහතා විසින් සංස්කරණය කළ "ත්‍රිපිටකයේ විස්මිත බෙහෙත" සහ මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ උඩර්රියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් රචිත "පූති මුත්ත භේසජ්ජය බුද්ධ බේත" නම් ග්‍රන්ථ කියවල බලන්න. සියළු දෙනාටම කායික මානසික නිරෝගී සුව ලැබේවා.

කිවුල්දෙණියේ විජිතනන්ද හිමි
නිග්‍රෝධාරාම සේනාසනය,
පොල්පිටිය, මැටිකුඹුර, පොල්ගහවෙල.
0716839346

හෙළි කළ ආකාරයෙන්ම මේ සඟරාවෙ පළ වෙනවා. හැබැයි ප්‍රයෝගිකව යම් යම් ගැටළුකාරී තත්ත්වයන් එන්න පුළුවන් බෙත් වර්ග පළ කරන්නෙ නෑ. මොකද ඒ සමහරක් ඒවා පළ කළොත්, සමහර උදවිය ප්‍රායෝගිකව ඒවා හදන්න ගිහින් අවැඩ අසාධාරණ කරගන්න පුළුවන් නිසාත්, වරද්ද ගන්න පුළුවන් නිසාත්.



උදාහරණයක් විදිහට සමහර ඖෂධ වට්ටෝරු සඳහා සත්ත්ව කොටස් පවා බෙත් සමාධියට ඇවිත් තියෙනවා. හැබැයි ඒ කියන්නෙ සත්තු මරල ඒ කොටස් ගන්න කියන එක නෙවෙයි. මැරිච්ච, එහෙම නැත්නම් පාංශුකුල වෙන්න ගිය සතුන්ගෙ කොටස් තමයි ඒවට යොදා ගන්නෙ. නමුත් ඒ වගේ කාරණා සඳහන් කළාම, සමහර මෝඩ මිනිස්සු තමන්ගෙ සුඛ විහරණය පමණක් තකා සත්තු මරන්න, සතුන්ට හිංගි හිංසා කරන්න පෙළඹෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ඒ වගේ බෙත් වර්ග කිසිසේත්ම මේ සඟරාවෙ පළ වෙන්නෙ නෑ. මොකද සමාජයේ ඉන්න මිනිස්සු ඔක්කොම එක වගේ නෑ. බාගෙන කන්න තියෙන වළ ඉහගෙන කනව වගේ, ඒවා වැරදියට අල්ලගෙන අයුතු අසාධාරණකම් කරන්න පුළුවන්.

ඉතිං මස් මාංශ අනුභවය සහ අසාධාරණ වෙළඳාම් ආදිය ගැන අභයරතනාලංකාර හිමියන් විසින් නැවත මතු කළ සැඟවුනු දහම් කරුණු රාශියක් මේ සඟරාවෙ දැනටමත් පළ කරල තියෙන නිසා, ඊට පරස්පර දේවල් මේ සඟරාවෙන් ඉදිරිපත් කෙරෙන්නෙ නෑ. ඒ නිසා ඒ වගේ සමහර බෙත් වර්ග සම්බන්ධයෙන් විශ්වාසවන්ත අය පුද්ගලිකව දැනුවත් කිරීමක් පමණක් සිද්ධ කරල, අනෙක් හැම බෙත් වර්ගයක්ම ලෝකයාගේ හිතසුව පිණිස මේ සඟරාවෙන් හෙළිදරව් කරනවා. ඒ යටතේ මේ ලිපියෙන් ඉදිරිපත් කරන්නෙ අංශභාගය, ස්නායු දුර්වලතා ඇතුළු හිස මුල් කරගත් රෝග සඳහා ප්‍රත්‍යක්ෂ බෙත් වට්ටෝරු කිහිපයක්. මීට පෙරත් සඳහන් කළා වගේ, **මේ හැම බෙතක්ම ඒ ඒ පුද්ගලයන්ගෙ කර්ම ශක්තියට යටත්ව ප්‍රත්‍ය වන බවත් තේරුම් ගන්න ඕන.**

ඒ වගේම තවත් තේරුම් ගන්න ඕන කාරණයක් තමයි, මේ බෙත් ප්‍රත්‍ය වෙන විදිහ සහ ක්‍රියාත්මක වෙන විදිහ. ඒ කියන්නෙ බටහිර වෙදකමේදි වගේ කෘතීමව නිකං රසායන සංයුතියක් එකතු කරල ගිලින්න දෙන බෙත් වර්ග වගේ නෙවෙයි. **මේ බෙත් වර්ග සුද්ධ කිරණ එක්කත් සම්බන්ධයි. ඒ කියන්නෙ තමන් යම් කිසි ගුණයක පිහිටල, ගිලාන ප්‍රත්‍ය කටයුත්තක් වශයෙන් ලෝකයාගේ හිත සුව පිණිස මේ බෙත් හදල දෙනව කියල, චේතනා පිහිටවල කළොත් තමයි ඒවායින් නියම ප්‍රතිඵල ලැබෙන්නෙ.** එතනදි තමන්ට දරන්න වෙන යම් කිසි වියදමක් මහන්සියක් තියෙනවනම්, ජීවත් වීම සඳහා සාධාරණ මුදලක් අය කළාට කිසිම ගැටළුවක් නෑ. අපේ පැරණි වෙද මහත්වරුත් ඒ වගේ තමයි කටයුතු කළේ. නමුත් තමන් කොහොම හරි ඉක්මනට ලොකු ලාභයක් ලබන්න ඕන කියල ලාභයම පරමාර්ථ කරගෙන ඒ වැඩේ කළොත් ගුණ හීන වෙනවා.

ඒ නිසා **මේ හැම බෙතකටම කෙනෙක්ගෙ තියෙන ගුණයත් බලපානවා. ඒකට තමයි අත් ගුණය කියන්නෙ. එහෙම ගුණයක පිහිටන කොට ඒ චිත්ත තරංග මනසට අමතරව අත් හරහාත් ක්‍රියාත්මක වෙලා ඒ බෙත් ඖෂධවලට සම්බන්ධ වෙනවා.** ඒ නිසා තමයි සමහර අය හදන බෙත් හරියට ප්‍රත්‍ය වෙලා තවත් සමහරුන්ගෙ බෙත් හරියට ප්‍රත්‍ය නොවෙන්නෙ. එතනදි බෙතෙ රසායනික සංයුතියට අමතරව ඒ ගුණයත් බලපානවා. ඉතිං ඒ වගේ අත් ගුණ තියෙන අය අදත් සමාජයේ ඉන්න නිසා, ඒ අය ලවා ඒවා කර ගන්නව නම් වඩාත් ප්‍රතිඵලදායකයි. එහෙම නැත්නම් තමන්ම ඒ වගේ ගුණයක පිහිටල ඒ කටයුතු කරගන්න ඕන.

ඒ වගේම මේ බෙත් ඖෂධවලට අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය ලබා ගන්නකොටත් යම් කිසි ධර්මානුකූල ක්‍රමවේදයක් තියෙනවා. ගහකින් පොත්තක් පවා කඩාගන්න කොට අනුගමනය කරන්න ඕන නියම ක්‍රමවේද මේ සඟරාවෙ මීට කලිනුත් සඳහන් කරල තියෙනවා. (20 වන කලාපය - "එදා සිටි පැරැන්නන් දේව රැකවරණය ලැබූ හැටි") ඒවාට අරක් ගත් යම් කිසි දෙවි දේවතාවන් ඉන්නව නම්, ඒ අයගෙ අවසර අරගෙන ඒ අවශ්‍ය කාරණය කියල, දිනයක් වෙලාවක් බලල ඒ ආදී වශයෙන් ඒ කටයුතු කරනව නම්, ඒ අමුද්‍රව්‍යවලත් ගැබ් වෙන ශක්තිය, ගුණය වැඩියි. හැබැයි මේ අමුද්‍රව්‍ය වෙළෙඳසැල්වලින් මිලදී ගන්නව නම් පිරිසිදු අමුද්‍රව්‍යම ගන්න සැලකිලිමත් වෙන්න ඕන.

ඒ වගේම තමයි මේ බෙත් ඖෂධ පාවිච්චි කරන උදවියත්, මීට පෙර මේ සඟරාවෙ සඳහන් කළා වගේ **ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරල ඒ ඖෂධ වර්ග ලබා ගන්නව නම් ලැබෙන ප්‍රතිඵලත් වැඩියි.** ඒ පිළිබඳ විස්තරයක් හෙළ බොදු පියුම 55 වන කලාපයේ විශේෂයෙන් සඳහන් කරල තියෙනවා. ඒ නිසා පැරැන්නන් වගේ මේ ක්‍රම සියල්ලම අනුගමනය කළොත් තමයි මේ බෙත්වලින් නියම සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලැබෙන්නෙ.

01. ස්නායු වැඩීම සඳහා හිසට දැමීමට තෙලක්

ස්නායු දුර්වලතා තියෙන අයට වගේම, ඉගෙන ගන්න ළමයි ඇතුළු හැමදෙනාටමත් ස්නායු වැඩීමට පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් තෙලක් තමයි මේ. පළමුවෙන්ම ඉඟිනි ඇට කුඩු, කුප්පමේනිය මුල්, මුකුණුවැන්න, කරපිංච කොළ කියන මේවායින් කලං 24 බැගින් අරගෙන කොටාගෙන, පිරිසිදු තල තෙල් බෝතල් 1 ක් සමග මිශ්‍ර කරගන්න. ඒ මිශ්‍රණය ලිපේ තියල හිඳෙන කොට කළුදුරු කලං 6 යි, මොණර කුඩුම්බිය ගස් කලං 12 යි එකතු කරල සමපාකයට එනකල් තෙල හිඳ ගන්න.

02. ස්නායු වැඩීම සඳහා හිසට දැමීමට තවත් තෙලක්

දර ලිපක යටින් ගත් අළු කලං 6 ක්, පිරිසිදු තල තෙල් බෝතල් කාලකට (1/4) දමා ඒ මිශ්‍රණයට කළුදුරු කලං

1 යි, සුදුළූණු කලං 1 යි, ඉඟිනි ඇට කුඩු කලං 3 යි එකතු කරල සමපාකයට හිඳ ගන්න.

03. ස්නායු වේලුමට තෙලක්

යම් යම් වස විස ශරීරගත වීම නිසාත්, ලේ කැටි හිරවීම නිසාත් ස්නායු වේළෙන්න පුළුවන්. ඒකෙ ප්‍රතිඵලයක් විදිහට ශරීරයේ සියළු පද්ධති දුර්වල වෙන්න පුළුවන්. ඒ වගේ අවස්ථාවලදි පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් තෙලක් තමයි මේ. ඉඟිනි ඇට කුඩු, රත් හඳුන් කුඩු, හීන් උඳුපියලිය, බේත් ගොටුකොළ, රතු ළූණු කියන මේවා කලං 4 බැගින් අරගෙන පිරිසිදු තල තෙල් බෝතල් කාලක් (1/4 ක්) සහ පොල් තෙල් බෝතල් බාගයක් දමා සමපාකයට හිඳගෙන ඒ තෙල උදේ හවස හිස ගල්වන්න.

04. ස්නායු වේලුම සඳහා හිස ගැල්වීමේ තවත් තෙලක්

අමුද්‍රව්‍ය : හීන් උඳුපියලිය ග්‍රෑම් 50 යි, ඉරමුසු මුල් ග්‍රෑම් 50 යි, දෙහි - දොඩම් - නාරං - වැල් දෙහි කියන මේවායේ කොළ ග්‍රෑම් 50 බැගින්, පේර කොළ ග්‍රෑම් 50 යි, කෝමාරිකා මද ග්‍රෑම් 50 යි, අහු පොතු ග්‍රෑම් 50 යි.

මේ අමුද්‍රව්‍ය කොටාගෙන මිරිකගෙන ඉස්ම ටික අරගන්න. අමුද්‍රව්‍යවලින් විතරක් ඉස්ම ගන්න අපහසු නම්, අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට වතුර පොඩ්ඩක් එකතු කරල කොටා ගන්න. ඒ විදිහට එන ඉස්ම මිශ්‍රණයට පිරිසිදු තල තෙල් බෝතල් බාගයක්, පිරිසිදු පොල් තෙල් බෝතල් 3 ක් දාල හිඳීගෙන එනකොට ඒ මිශ්‍රණයට වියළි ඉඟුරු ග්‍රෑම් 50 යි, කරුංක ග්‍රෑම් 50 යි, පල්මානික්කම් ග්‍රෑම් 3 යි එකතු කරල මෘදු පාකයට හිඳ ගන්න. මෙහිදී පල්මානික්කම් සහ කරුංක වෙන වෙනම පුච්චගෙන එන අළු තමයි යොදා ගන්නෙ. කුඩා ප්‍රමාණයක් නිසා කෝවකට දාල පුච්චා ගැනීම පහසුයි.

05. නිල තැලීමෙන් සිදු වූ ස්නායු රෝග සඳහා

අරළු, බුළු, නෙල්ලි, සස්සඳ කොළ, පාවට්ට මුල්, තිප්පිලි, පුවක් මුලේ මෝරපු කොටස කියන මේවා කලං 1 1/2 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 - 1 ට හිඳගෙන උදේට සීනි සමග මී පැණි සහ හවසට සහිඳ ලුණු සමග එඬරු තෙල් දමා බොන්න ගන්න. වඩිය දෙවේල බැගින් වඩි 14 ක් ගන්න.

06. අංශභාගය සඳහා තෙලක්

අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය : නෙළුම් මල් 100 යි, සුදු හඳුන් කුඩු ග්‍රෑම් 50 යි, රසකිඳ ග්‍රෑම් 500 යි, පේර කොළ ග්‍රෑම් 500 යි, දෙළුම් ගහේ කොළ, දළු, මල්, මුල්, පොතු කලං 6 බැගින්, බැබිල මුල් ග්‍රෑම් 100 යි, ඉඟිනි ඇට කුඩු ග්‍රෑම් 20 යි, කොහොඹ තෙල් බෝතල් 1 යි, පිරිසිදු තල තෙල් බෝතල් 1/2 යි.

මේ සියල්ලම අඹරගෙන එකට මිශ්‍ර කරගෙන ලිපේ තියල පදම් වෙනකොට ඒ මිශ්‍රණයට නිල් මානෙල් මල් 2 යි, චීන මුල් කලං 1 යි, දම් මුල් කලං 3 යි, වේළපු චීන මල් මංචාඩි 15 යි එකතු කරල සමපාකයට හිඳ ගන්න.

07. අංශභාගය සඳහා තවත් තෙලක්

මදටිය ගසේ පස් පංගුව (මල්, කොළ, දළු, මුල්, පොතු කලං 4 බැගින්. මල් නැත්නම් ඒ වෙනුවට කරටිවල ලී බොඩ වැනි කොටස කලං 4 ක්) පංච බෙලි කටු කුඩු, කොහිල කරටි, හීන් හාතවාරිය අල, අමු නෙල්ලි කියන මේවා කලං 12 බැගින්. කොහොඹ තෙල්, පිරිසිදු තල තෙල්, මී තෙල්, එඬරු තෙල්, අබ තෙල් කාල (1/4) බැගින්. පංච බෙලි කටු කුඩු හැර ඉතිරි ඒවා කොටාගෙන ඉස්ම අරගෙන තෙලට දමා, ඉන්පසු බෙලි කටු කුඩු එකතු කරල මෘදු පාකයට කර කරගෙන තෙල හිඳගන්න. ඒ තෙල හිසට දමන්න. ඊට අමතරව අතපය, පිට කොන්ද, බෙල්ල යන ස්ථානවල තෙල් ගල්වා අතුල්ලන්න.

08. අංශභාගය සඳහා අරිෂ්ටයක්

කිතුල් කඳේ බොඩ, රසකිඳ, බඩ ඉරිඟු පැහුණු ඇට පොතු ගැල වූ පොටිස්ස, බාගෙට පැහුණු මුරුසි අන්නාසි ගෙඩියක මදය, දළුවල කොළ කඩා දමා පිති රැහැපු පොඩි ගස්ලබු කරටියක් මුල ඉතිරි වෙන්න, සමන්පිච්ච මුල්, ඉඳලොළු හතු, වරකා රිකිලි මුල්, පොල් මුල්, කොතල හිඹුටු මුල්, පුච්චපු කරුංකා කියන මේ අමුද්‍රව්‍ය කලං 6 බැගින් අරගන්න.

පොටිස්ස කියන්නෙ බඩඉරිඟු ඇටය කරලට සම්බන්ධ වෙන තැන අයිස්ක්‍රීම් කෝනයක හැඩයට තියෙන ගොබයක් වැනි කොටස. ඒකෙ තමයි ශක්තිය ගැබ් වෙන්නෙ. හැබැයි වෙළඳසැල්වල විකුණන්න තියෙන ඇට වල මේ කොටස බොහෝ කොටම නෑ. මොකද යන්ත්‍රානුසාරයෙන් ඉවත් කරන නිසා. ඒ නිසා බඩඉරිඟු කරලක් අරගෙන තලල ඇට වෙන් කරගෙන ඒවායේ පොටිස්ස කොටස සියුම් කතුරකින් හෝ පිහියකින් කපා ගැනීම තමයි පහසු.

ඊළඟට වරක රිකිලි මුල් කියන්නෙ, පසට යට නොවී කඳේම සමහර තැන්වලින් හටගන්නා සූර්යාලෝකයට නිරාවරණය වෙච්ච මුල්. දැන් මේ සියලු අමුද්‍රව්‍ය හොඳට කොටල අරගෙන පිරිසිදු වතුර බෝතල් 15 ක් දමා බෝතල් 3 කට හිඳගෙන තල් සූකිරි ග්‍රෑම් 300 යි, දුඹුරු සීනි ග්‍රෑම් 300 යි, එළ හරක් මුත්‍රා බෝතල් බාගයයි එකතු කරල ඒ සියල්ලම බෝතල් 3 1/2 කට හිඳගන්න.

මේ විදිහට හදා ගත්තු අරිෂ්ටය උදේ පාන්දර 4.00 ටත්, උදේ 10.00 ටත්, හවස 2.00 ටත්, රාත්‍රී 8.00 ටත් මේස හැඳි එක බැගින් ගන්න. අවුරුද්දක් අංශභාගය හැදුනු කෙනෙකුට නම් මේ විදිහට හදා ගත්තු බෝතල් 16 ක් දිය යුතුයි.

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

කාරුණික දැනුම් දීමයි

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාව දිවයිනේ දැනට ලබාගත නොහැකි **මාතලේ, දිගාමඬුල්ල, ත්‍රිකුණාමලය සහ වව්නියාව** යන දිස්ත්‍රික්කවල පින්වතුන් සඟරාව ලබාගැනීමට සලස්වන ලෙසට ඉල්ලීම් කර ඇත. මෙම සඟරාව දැනට බෙදාහරිනු ලබන ස්ථාන භාර පින්වතුන් මෙන් කිසිදු මූල්‍යමය ලාභ අපේක්ෂාවකින් තොරව උතුම් සාසනික කටයුත්තක් ලෙස සලකා එකී සත්කාර්යට දායක විය හැකි ඉහත කී දිස්ත්‍රික්කවල ස්ථාන භාර පින්වතුන් ඇත්නම් ඒ සඳහා ඉදිරිපත් වන ලෙස කාරුණිකව දැනුම් දෙනු ලැබේ. විමසීම්: 071-3046895



ඔබ යන්නේ කොතැනටද?

10 වන කොටස

ශ්‍රාවක : අපි මෙතෙක් කරපු සියලුම දහම් සාකච්ඡාවල ප්‍රධාන අරමුණ වුනේ, මේ ලෝකෙ අසාර ස්වභාවය කාටත් තේරුම් ගන්න පුළුවන් විදිහට පහදා දීම. ඒකෙ අවසන් ප්‍රතිඵලය තමයි මේ ලෝකය අසාර බව තමන්ටම අවබෝධ වීම. හැබැයි මම කොච්චර හොඳට මේ ගැන තේරුම් අරගෙන හිටියත්, තවමත් මේ ලෝකයෙන් මට ගැලවිලා යන්න බැරි වෙලා තියෙන්නෙ ඇයි ?

දේශක : මමත් තවම මේ ලෝකයෙන් ගැලවිලා යන්න බැරි වෙලා තමයි ඉන්නෙ. ඒ නිසා මටත් ඔය ප්‍රශ්නයම තියෙනවා. නමුත් මම අත්දැකපු යමක් තියෙනවා. ඒ තමයි මේ දහම් අවබෝධයට පෙර ලෝකය පිළිබඳව මෙතෙක් දරාගෙන හිටපු ආකල්පය, දහම් අවබෝධයෙන් පසු වෙනස් වී යාම. ඒ වගේම ඒ ආකල්පමය වෙනසේ ප්‍රතිඵලය හැටියට, ලෝකය ඇසුරු කරන බොහෝ අවස්ථාවලදී මම කටයුතු කරන ආකාරය වෙනස් වෙලා තියෙන බව මටම දැනගන්න පුළුවන්.

ශ්‍රාවක : ඒ ආකාරයටම ආකල්පමය වෙනසක් ඇති කරගෙන හිටියත්, තවමත් ලෝකයෙන් මිදෙන්න බැරි වීම ගැන කොයි ආකාරයටද ධර්මයේ සඳහන් වෙන්නෙ ?

දේශක : ඒ ගැන විස්තර ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා. ප්‍රධානම කාරණය තමයි, තමන් තවමත් ගැලවිලා නෑ කියන අවබෝධය ලැබී තිබීම. ඒ වගේම ඒ නිසා ඇතිවන නොසන්සුන්තාවය.

ශ්‍රාවක : ඒක පසුතැවීමක්, කලකිරීමක්, එහෙමත් නැත්නම් මට තවමත් බැරි වුනානෙ වගේ හැඟීමක් වගේ එකක් නේද ?

දේශක : ඔව්. හැබැයි ඔය වගේ පසුතැවීම් ස්වභාවයක් ඇතිවෙන එක මග වැඩීම පිණිස ඉතාමත් හිතකර තත්ත්වයක් බව තමයි සූත්‍රවල සඳහන් කරුණු කාරණා අනුව පෙනී යන්නෙ. නමුත් ඒක පටිඝයට වැටෙන්නෙ නෑ කියලත් සඳහන් වෙනවා.

ශ්‍රාවක : එහෙනම් තවම බැරි වුනා කියල හිතන එකෙත් අයහපතක් වෙන්නෙ නෑ. මෙහෙම වෙන්න හේතුවක් තියෙන්න ඕන නේද ?

දේශක : ඔව්. හේතුවක් තියෙනවා. බුදු රජාණන් වහන්සේම ඒ ගැන දේශනා කරලත් තියෙනවා. ඒක තියෙන්නෙ අරිය පර්යේෂණ සූත්‍රයේ. යමෙකුට තවමත් රාගයට, ද්වේශයට හිත යනව නම්, ඒකෙන් කියන්නෙ ඒ පුද්ගලයා ඒවායේ ආදීනව මෙනෙහි කරල මදි කියන එක. ඒ නිසා කළ යුත්තෙ, ආදීනව මෙනෙහි කරන්න වැඩිපුර කාලයක් යොදවන එක.

ශ්‍රාවක : ආදීනව මෙනෙහි කිරීම සම්බන්ධයෙන් ටිකක් විස්තර සහිතව කතා කළොත් හොඳයි නේද ?

දේශක : ඔව්. අපි හැමෝම නොදන්න කාරණාව තමයි ඔය ආදීනවය කියල කියන්නෙ. ඒ ආදීනවය නොදැක්ක නිසානෙ අනන්ත වූ සංසාර ගමනකට කොටු වෙලා තවමත් මේ ලෝකයටම ඇලිල ඉන්නෙ.

ශ්‍රාවක : ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් මේක ලොකු ප්‍රශ්නයක් කියල හොඳටම දැනගෙනත්, කිසිම ගානක් නැතුව ඔය අපූරුවට ලෝකෙ වැඩ ටික කර කර ඉන්නෙ !

දේශක : ප්‍රඥාව වැඩෙනකල් ඔහොම ඉඳියි. හැබැයි ඒ වුනාට මේ සත්‍යය දැක්කට පස්සෙ ඔය ප්‍රඥාව වැඩෙනවාමයි. වැඩුනු ප්‍රඥාවේ මට්ටමට ලෝකයට අහුවෙන ප්‍රමාණයත් අඩු වෙනවාමයි.

ශ්‍රාවක : මේ දහම දැක්ක අයගෙ තත්ත්වය එහෙම වුනාට, නොදැක්ක අය, විශේෂයෙන්ම අති බහුතරයක් පුරුෂ පාර්ශවයේ අය හිතාගෙන ඉන්නෙ ඒ අයට ප්‍රශ්නයක් නෑ කියල. ඒ විතරක් නෙවෙයි, නිතරම පන්සල් යන කාන්තාවන්ටත් ඒ අය ඇනුම් පද කියනවා.

දේශක : ඔව්. ලංකාවෙ ඉන්න අති බහුතරයක් සම්මත බෞද්ධ පිරිමි අය ඔය අදහසේම තමයි ඉන්නෙ. මම දන් අවුරුදු 8 කටත් වැඩියෙන් මේ ධර්ම සාකච්ඡාවලට සම්බන්ධ වෙලා කටයුතු කරල තියෙනවා. ඒ සියලුම සාකච්ඡාවලට 90% කටත් වැඩියෙන් සම්බන්ධ වෙන්නෙ කාන්තාවන්ම තමයි.

ශ්‍රාවක : පිරිමි අයට මේ ධර්ම සාකච්ඡාවලට සම්බන්ධ වෙන්න ඕනකමක් නැත්තෙ ඇයි ?

දේශක : වැරදි අවබෝධය තමයි ඒකට ප්‍රධාන හේතුව. ඒ හුඟක් අය බුදු දහම කියල දැනගෙන ඉන්නෙ ඉතාමත් අල්පයයි. ඒ දන්නෙත් මේ ලෞකික අදහස් ටිකක් විතරයි. හැබැයි හිතාගෙන ඉන්නෙ නම් සම්පූර්ණයෙන්ම දන්නව කියල. ඒ නිසා සතර අපායට පොඩ්ඩක්වත් බයක් නැතිව නොදන්නකමට සතර අපාගත වන වැඩම කර කර කාලය ගත කරනවා.

ශ්‍රාවක :ඔව්, සමහර අයට ධර්ම සාකච්ඡාවලට කතා කළාම ඒ අය ඒගොල්ලන්ගෙම ධර්මයක් අපිට කියල දෙනවා. ඒ මදිවට, අපි ඔය වැරදි වැඩකට කියල

කරනව නම් කරන්නෙ ඉඳල හිටල පොඩි අඩියක් ගහන එක විතරයි කියලත් කියනවා. එහෙම බිව්වත් අපි කාටවත් කරදර කරන්නෙ නෑ, හොඳට කාල බීල නිදාගන්නව කියලත් කියනවා.

දේශක : ඔය කතාව හරියටම හරි. කාටවත් කරදර නොකර අහිංසකව ඉඳගෙන, පොඩ්ඩක් කාල බීල විනෝද වෙලා පවුලෙ අයගෙ අවශ්‍යතාත් ඉටු කරන්න සල්ලි හම්බ කරල ජීවත් වුනාම, සේරම හරි කියල තමයි ඔය කවුරු කවුරුත් හිතාගෙන ඉන්නෙ. අපි ඉතිං පන්සල් නොගියට කළ යුතු සියල්ල කරල තමයි ඉන්නෙ කියල කියන්නෙ ඔය වගේ උදවිය තමයි.

ශ්‍රාවක : ඒ අයව බේරගන්න ක්‍රමයක් ඇත්තෙම නැත්ද ?

දේශක : තියෙනවා. ඉස්සෙල්ලම ඒ අය අහන්න කැමති වෙන්න ඕන. කොහොම හරි ඒ අය ශ්‍රී සද්ධර්මය ඇහුවොත්, පහසුවෙන්ම මේක අවබෝධ කර ගන්න බව මම අත්දැකීමෙන් දන්නවා.

ශ්‍රාවක : ඔය කාල බීල විනෝදයෙන් ඉන්න අය පහසුවෙන් ධර්මය අවබෝධ කරගන්න විශේෂ හේතුවක් තියෙනවද?

දේශක : ඔව්. වැඩි හරියක් ඒ වගේ අය බුදු දහම කියල රැවටිලා වැරදි දහමක් අල්ලගෙන හිටපු අය නොවන නිසා, නිවැරදිව ශ්‍රී සද්ධර්මය අහන්න ලැබුනොත් පහසුවෙන් තේරුම් ගන්නවා. ඒ නිසා ඔබටත් ඒ වගේ යාළුවො ඉන්නව නම් කොහොම හරි එක්කගෙන එන්න බලන්න.

ශ්‍රාවක : ඒක දැනගත්ත එක නම් බොහොම හොඳයි. මම හිතුවෙ ඒ වගේ යාළුවන්ට මේ ගැන කියල වැඩක් නෑ කියල. මොකද ඉතිං ඒ අය නිතරම ලෝභ, ද්වේශ වැඩම කර කර ඉන්නව මිසක් දහමක් ගැන හිතන්නෙවත් නැනෙ.

දේශක : ඒ අයවත් පුළුවන් තරම් මේ සාකච්ඡාවලට සම්බන්ධ කර ගන්න උත්සාහ කරන්න. ඒ වගේ පිරිසක් බිහි වෙන්න හේතුව තමයි මේ ලෝකයේ සත්‍ය තත්ත්වය, යථාර්ථය සම්බන්ධව බුදු රජාණන් වහන්සේ කරල තියෙන දේශනාවක් ඒ පිරිසට අහන්න නොලැබීම.

ශ්‍රාවක : මේ ලෝකයේ ලෝභයෙන් ද්වේශයෙන් කටයුතු කළාම සිද්ධ වෙන විනාසය පිළිබඳව ඒ අය දන්නෙම නැත්ද ?

දේශක : සාමාන්‍යයෙන් ලෝභයෙන් ද්වේශයෙන් වැඩ කරල සිද්ධ වෙන විනාසය ගැන ප්‍රායෝගිකව අත්දැකීම් තිබුනත්, ඒකෙ තියෙන මහා භයානක බව ඒ අය නිවැරදිව වටහාගෙන නැතුව ඇති. ඒ නිසාම ඒ අය ලෝභ ද්වේශ වන අවස්ථාවලදි ඉතා බලවත්ව ඒවා කරන බවත්, අලෝභ අද්වේශ වෙන අවස්ථාවලදි ඉතා දුබලව ඒවා කරන බවත් ඒ අය දන්නෙ නෑ.

ශ්‍රාවක : ඔය කවුරු කවුරුත් ලෝභ ද්වේශ වෙනකොට ගිරිය පුප්පගෙන කෑ ගහල, අඩි පොළොවෙ හප්පල, බඩු මුට්ටු පොඩි කරල, අත පය විසි කරල මහා බලයක් අරගන්නවනෙ. ඒ වුනාට අලෝභ අද්වේශ වෙනකොට නම් ඒකට එච්චර වෙර වීරියක් නෑ. කොටින්ම කියනව නම් බලයක් යොදනවද කියලවත් තේරෙන්නෙ නෑ.

දේශක : ඔව්. ඒ ක්‍රමයට තමයි කවුරුත් හැසිරෙන්නෙ. ඕක සාමාන්‍යයෙන් තේරුම් ගන්න පුළුවන් උදාහරණයක් මම කියන්නම්. බොහෝ දෙනෙකුට හොඳට කේන්ති ගිය අවස්ථාවලදි ඒ ද්වේශය නගා ගන්න උදව් කරන්නෙ ඒ අයගෙ තරහකාරයෙක්නෙ. ඒ කියන්නෙ අපි යම් හේතුවක් නිසා තරහක් හෝ වෛරයක් හෝ දැඩි අකමැත්තක් හෝ හදාගෙන ඉන්න පුද්ගලයෙක්. ඒ වගේ කෙනෙක් එක්ක අපි තරහක් ඇති කර ගන්න ආකාරය අනුව සමහර විට ඔය තරහ මුළු ජීවිත කාලයටම අතහරින්නෙ නෑ.

ශ්‍රාවක : ඔව්, සමහර රණ්ඩු තියෙනවා. ඒවා පරම්පරාවෙන් පරම්පරාවටත් අත්හරින්නෙ නැතුව ඉදිරියටම අරගෙන යනවා. සමහරවිට එකිනෙකා මරා ගන්න තරම් දරුණු ප්‍රශ්නත් ඇති කර ගන්නවා.

දේශක : මොන ප්‍රශ්නයක් නිසා හෝ දැඩි තරහක් ඇති කර ගත්ත පුද්ගලයෙක්, කොහේ හරි ගමනක් යන අවස්ථාවක අතරමගදි අනපේක්ෂිතව මුණ ගැහුනොත් ඔබට මොකද වෙන්නෙ?

ශ්‍රාවක : දැක්ක ගමන් අර තරහ හිතට එනවා. ඊට පස්සෙ තරහෙන් පුපුර පුපුර තමයි ඉන්න වෙන්නෙ.

දේශක : අන්න ඒ විදිහට තමයි ඔබේ තරහකාරයො ඔබට නැවත නැවතත් ලෝභ ද්වේශ වෙන්න උදව් කරන්නෙ.

ශ්‍රාවක : අපොයි ඔව්. ඒ උදව්ව නම් ඔය තරහ හිතේ තියෙනකල් ලැබෙනවමතමයි. අපිත් ඉතිං තරහක් ලේසියෙන් අත්හරින්නෙ නැනෙ. ඒ වගේ තරහවල් ලේසියෙන් අත්හරින්නෙ නැති ගතිය අපිට කොහෙන් හම්බ වුනාද මන්ද ?

දේශක : කොහෙන්වත් හම්බ වෙච්ච එකක් නෙවෙයි, ඒක ඔබම හදා ගත්තු එකක්. ඒ වගේම ඔබට අලෝභ අද්වේශ වෙන්න උදව් කරන අයත් ඉන්නවනෙ. ඔබේ අත්දැකීම් අනුව උදාහරණයක් කියන්නකො බලන්න.

ශ්‍රාවක : ඒ ඉතිං අපේ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්සේලානෙ. අපි ඉතිං බෞද්ධයො හැටියට උන්වහන්සේලාට දානයක්, එහෙමත් නැත්නම් සිවුපසය පිරිනැමීමක් කරන අවස්ථාවෙදිනෙ වැඩිපුරම අලෝභ අද්වේශ වෙන්නෙ.

දේශක : හරි, ඒ ආකාරයට ඔබට නිතර නිතර අලෝභ අද්වේශ වෙන්න උදව් කරන ඒ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්සේ නමක්, ඔබ කොහේ හරි ගමනක් යනකොට අතරමගදි අනපේක්ෂිතව මුණ ගැහුනොත් ඔබට මොකද වෙන්නෙ ? ඔබට මතකයිනෙ තරහකාරයෙක් හම්බ වුනාම මොකද වෙන්නෙ කියල. ඒ වගේ දැක්ක ගමන් ලෝභ ද්වේශ හදා ගත්ත ආකාරයට, අලෝභ අද්වේශ වෙන්න උදව් කරපු ඒ ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් දැක්ක ගමන් ඔබ අලෝභ අද්වේශ ගොඩ නගා ගන්නවද ?

ශ්‍රාවක : නෑ. ඒ වගේ හැඟීමක් නම් මට දැනිල නෑ. ඔය ඕන තරම් ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්සේලා අපිට යන එනකොට මුණගැහෙන්නෙ. හැබැයි හරි නම් ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලා දැක්ක ගමන් අලෝභ අද්වේශ වෙන්න ඕන නේද ? ඇයි අපිට ඒ වගේ හැඟීමක් එක පාරටම එන්නෙ නැත්තෙ ?

දේශක : ඒකට හේතු කිහිපයක්ම තියෙන්න පුළුවන්. ප්‍රබලම හේතුවක් තමයි, ඔබ අලෝභ අද්වේශ වෙන එක ඉතා ප්‍රබලව කරල නොතිබීම. ඔබ අලෝභ අද්වේශ වැඩ කොතෙකුත් කරල තිබුනත්, ඒ හැම එකක්ම වගේ කරල තියෙන්නෙ ඉතා දුබලව. අර තරහකාරයත්

එක්ක කේන්ති ගත්ත තරම් ප්‍රබලව ඒක කරල නැති නිසා තමයි, ඒ විදිහට අලෝභ අද්වේශ වෙන්න උදව් කරපු ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් දැක්ක ගමන් අලෝභ අද්වේශ නොනැගෙන්නෙ.

ශ්‍රාවක : එහෙනම් අපිට ඒ විදිහට ඉතා ප්‍රබලව අලෝභ අද්වේශ නගා ගන්න ක්‍රමයක් ඇත්තෙම නැත්ද ?

දේශක : තියෙනවා. ඒකත් හැබැයි ඔබටම තමයි කර ගන්න තියෙන්නෙ. සමහර විට ඔබ මේ කතාව අහලත් ඇති. බුදු රජාණන් වහන්සේට අනේපිඬු සිටුතුමා ජේතවනාරාමය පූජා කරපු වෙලාවෙ, එතුමට ජේතවනාරාමය වගේම රිදී විමානයක් දිව්‍ය ලෝකයේ පහළ වෙලා තියෙනවා. හැබැයි ඒ විතරක් නෙවෙයි, ඒ අවස්ථාවට සහභාගි වෙච්ච තවත් දුගී උපාසක මහත්තයෙක්, බුදු රජාණන් වහන්සේට මේ වගේ පූජෝපහාරයක් කරන එක කොච්චර උතුම්ද කියල හිතල චිත්ත ප්‍රසාදයෙන් සාධුකාරයක් දීල තියෙනවා. ඒ උපාසක මහත්තයටත් ජේතවනාරාමය වගේම රනින් කළ විමානයක් දිව්‍ය ලෝකයේ පහළ වෙලා තියෙනවා.

ශ්‍රාවක : ඒ කියන්නෙ අනේපිඬු සිටුතුමාටත් වඩා අලෝභ අද්වේශ වෙන්න අර උපාසක මහත්තයට පුළුවන් වෙලා තියෙනව කියන එක නේද ?

දේශක : හරියටම හරි. ඒ උපාසක මහත්තය ඒ විදිහට අලෝභ අද්වේශ නගාගෙන තියන්නෙ, ජේතවනාරාමය හදන්න මුදල් වියදම් නොකර. හැබැයි කෙළකෝටි ගණනක් ධනස්කන්ධය වියදම් කරපු අනේපිඬු සිටුතුමාටත් වඩා අලෝභ අද්වේශ නගා ගන්න පුළුවන් හැකියාවක් ඒ උපාසක මහත්තයට තිබිල තියෙනවා. ඒ සඳහා ඔහුට උපනිශ්‍රය වුනේ අනේපිඬු සිටුතුමා ජේතවනාරාමය පූජා කිරීම.

ශ්‍රාවක : අපිටත් පුළුවන් කවුරු හරි කරන අලෝභ අද්වේශ කටයුත්තකදි ඒක උපනිශ්‍රය කරගෙන, අර උපාසක මහත්තය කරපු විදිහටම අලෝභ අද්වේශ ගොඩ නගා ගන්න. අපි ඔය රූපවාහිනියෙන් නරඹන ඔය වගේ පිංකම් කරන අවස්ථාවක් වුනත් අලෝභ අද්වේශ ගොඩ නගා ගන්න උපනිශ්‍රය කර ගන්න පුළුවන් නේද ?

දේශක : පුළුවන් තමයි. හැබැයි මෙතනදි ඔබ ඉතාමත් ප්‍රවේසම්කාරී වෙන්න ඕන. මොකද රූපවාහිනියෙන් වැඩිපුරම පෙන්වන්නෙ ලෝභ ද්වේශවලට උපනිශ්‍රය වෙන ඒවමයි.

ශ්‍රාවක : ඒක නම් ඇත්ත තමයි. මමත් ඔය ගැන අහන්නම තමයි හිටියෙ. ඔය වගේ ලෝභ ද්වේශ නැගෙන වැඩ සටහන් රූපවාහිනියෙන් අහන්න දකින්න ලැබෙන අවස්ථාවලදි, ලෝභ ද්වේශ නොවී ඉන්න ක්‍රමයක් නැත්ද ?

දේශක : රූපවාහිනියෙන් දකින ඒවා විතරක් නෙවෙයි, ඔබට මේ ලෝකයේ ජීවත් වෙනකොට අරමුණු වෙන සියලුම රූප, ශබ්ද, ගන්ධ... ආදියට ලෝභ ද්වේශ නොවී ඉන්න පුළුවන් ක්‍රමයක් තමයි බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙන්නෙ. ඒ සඳහා ඔබ ලෝභ ද්වේශ වීමෙන් සිද්ධ කර ගන්න මහා භයානක අනතුර පිළිබඳව අවබෝධ කරගත යුතුයි. ඒ සඳහා බුදු රජාණන් වහන්සේ මේ ලෝක සත්ත්වයාට පෙන්වා දුන් ලෝකය පිළිබඳව ආස්වාදය, ආදීනවය, නිස්සරණය කියන්නා වූ ධර්ම කරුණු ගැන හොඳින් අවබෝධ කරගත යුතුයි. ශ්‍රී සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමෙන් පසු, ආදීනව මෙනෙහි කරල ඉන්ද්‍රිය භාවනාව ආදී බුදු රජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දුන් ක්‍රම භාවිතා කරල තමයි මේ කටයුත්ත ඔබට කර ගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ. ඒ සඳහා හොඳම අවස්ථාවක් තමයි මේ ලෝකයේ ආස්වාදය, ආදීනවය, නිස්සරණය ගැන තතු සේ වටහා දෙන ධර්ම සාකච්ඡාවකට සම්බන්ධ වීම.

ශ්‍රාවක : මට දැන් හොඳින්ම වැටහුනා, නියම ආකාරයෙන් මේ ශ්‍රී සද්ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා නොගත් කිසිම කෙනෙකුට මේ තත්ත්වයෙන් මිදෙන්න ක්‍රමයක් නෑ කියල. ඒ අය ඉතිං අපරාදෙ එක එක්කෙනාට සාප කර කර ලෝභ ද්වේශ ගොඩ නගාගෙන තමන්වම මහා භයානක අනතුරකට වට්ට ගන්නවා. අවසානයේ දන්නෙම නැතුව ඒ සියලු දෙනාම අපාගත වෙන එක තමයි වෙන්නෙ.

දේශක : මේ භයානකකම අවබෝධ කර ගත්ත අපේ පැරණි මුතුන් මිත්තන් තමයි, සිංහල අලුත් අවුරුදු චාරිත්‍රයක් විදිහටම, තිබිච්ච සියලුම පැරණි තරහ මරහ අමතක කරල දාල අලෝභයෙන් අද්වේශයෙන් අලුත් අවුරුද්ද පටන් ගත්තෙ. හැබැයි ඒ අය තමන්ටම අවංක වෙලා ඒවා නියම ආකාරයෙන්ම ඉටු කළා. පැරණි තරහ මරහ හිතේ තියාගෙන හිටියෙ නෑ. හැබැයි දැන් ඉතිං ඒක චාරිත්‍රයක් බවට පත්වෙලා තියෙනවා.

ශ්‍රාවක : ඒ චාරිත්‍රය නම් නිවැරදිව ඉෂ්ට කරනව කියල පේන්න නෑ. සමහර අය ඔය ගෙවල්වලට අලුත් අවුරුද්දෙ යන්නෙත් තමන්ගෙ ගෙදරට ආවොත් විතරයිනෙ. තමන් එහෙම යන එක යුතුකමක් කියල හිතන්නෙ නෑ. බලාගෙන යනකොට අපේ සිංහල අවුරුදු චාරිත්‍රවලටත් ගැඹුරු දහම් පදනමක් තියෙනව කියල මට හිතෙනවා. හැබැයි ඒ බව වැටහෙන්නෙත් මේ දහම නිවැරදිව අවබෝධ වුනාට පස්සෙ තමයි.

දේශක : ඒ ඉතා ඈත අතීතයේ බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන ලද නිවැරදි ශ්‍රී සද්ධර්මය ශ්‍රී ලංකාව තුල අර්ථ යටපත් නොවී පැවතුන නිසාමයි. ඒත් අවාසනාවකට අද ලංකාවෙ අති බහුතරයකට අහන්න ලැබෙන්නෙ නියම අර්ථ වැසී ගිය ලෞකික දහමක් විතරයි.

ශ්‍රාවක : ඒ නිසාම අපිට වහරක අභයරතනාලංකාර හාමුදුරුවො නැවත ලබා දුන්න මේ දායාදය ආරක්ෂා කරගෙන මතු පරපුරට ලබා දීල, මේ මුළු රටම වෙලාගෙන තියෙන මෝහාන්ධකාරය දුරු කරන්න වෑයම් කරන මේ සියලු කටයුතුවලට තම තමන්ට පුළුවන් උපරිම දායකත්වය ලබාදෙන්න මේ අලුත් අවුරුද්දෙ අපි කවුරුත් අධිෂ්ඨාන කර ගනිමු.

දේශක : ඔව්, බොහොම වටිනා අධිෂ්ඨානයක්. ඒ වගේම මේ භයානකකම අවබෝධ කරගෙන සියළුම පැරණි තරහ මරහ අමතක කරල දාල, අළුතෙන් තරහක් ඇති කරගන්නෙ නැතිව ඉන්න ආකාරය ගැන ඉදිරි දවසක කතා කරමු.

සටහන

විද්‍යාවේදී ඒ. එම්. ධනරත්න අල්විස්
පැපිලියාන
071 2736623

වස විස භාවිතාවේ අඳුරු පැතිකඩ 9



වස විස භාවිතාවේ පශ්චාත් ප්‍රතිඵලවල අඥෝනාව මේ වෙනකොටත් යම් කිසි මට්ටමකින් විද්වත් සමාජයට දැනෙන්න පටන් අරගෙන තිබීම නිසා, යම් යම් වැදගත් අංශවල වෙනදටත් වඩා ඒ පිළිබඳව කතාබහට ලක් වෙමින් තියෙනවා. රාජ්‍ය මට්ටමින් වගේම පෞද්ගලික මට්ටමිනුත් ඒ පිළිබඳව යම් හඬක් ඉඳල හිටල හෝ අහන්න ලැබීමත්, ඒ සඳහා විකල්ප විදිහට යම් යම් ප්‍රායෝගික අත්හදා බැලීම් පටන් ගැනීමත්, යම් කිසි ආකාරයකට සතුටු වෙන්න පුළුවන් කාරණයක්.

මේ විදිහට ජනතාව දැනුවත් කරන විද්වතුන් අතර රජරට වෛද්‍ය විද්‍යාලයේ ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය වෛද්‍ය චන්න සුදත් ජයසුමන මහතා මේ පිළිබඳව ඉතාමත් පර්යේෂණාත්මකව බොහෝ සත්‍ය කරුණු හෙළිදරව් කරගෙන ජනතාව දැනුවත් කිරීමට ඉදිරිපත් වීම අගය කළ යුතුයි. විශේෂයෙන් තමන්ගෙ වෛද්‍ය වෘත්තියේ පවා මේ පිළිබඳව පවතින බොහෝ අඩු ලුහුඬුකම් අපක්ෂපාතීව පෙන්වා දෙමින්, ඒ පිළිබඳව සැඟවීමකින් තොරව කරුණු ඉදිරිපත් කිරීමත් බොහොම වැදගත්. ඉතිං ඒ වගේ දැනුවත් කිරීම් හැකි පමණින් ග්‍රාමීය ජනතාව අතරටත් ගෙනියන්න ඒ හැකියාව තියෙන අය තවත් ඉදිරිපත් වෙනව නම්, මීට වඩා යහපත් ප්‍රතිඵල ඉදිරියේදී දැකගන්න පුළුවන් වෙයි.

ඒ විදිහට විවිධ පැතිකඩවල් ඔස්සේ සමාජය දැනුවත් වෙනකොට, මේ පිළිබඳව හැම පැත්තක්ම ආවරණය වෙන විදිහට ඒ කරුණු ඉදිරිපත් කිරීම හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාව ඔස්සේ මේ වෙනකොටත් සිද්ධ වෙමින් පවතිනවා. ඒ වගේම මේ වස විසවලින් එන අඳුරු ප්‍රතිඵල වළක්වා ගන්න ආකාරයත් ඒ අතරම හෙළිදරව් කරනවා. හැබැයි මතක තියාගන්න ඕන කාරණය තමයි, **මේ හැම හෙළිදරව්වකින්ම බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ, මේ ලැබිච්ච මනුස්ස අත්බවය ප්‍රයෝග විපත්තිවලින් ආරක්ෂා කරගෙන තවදුරටත් ලෝකයේ සැප සම්පත් විඳගෙන ඇලිල ගැටිල ඉන්න කියන එක නෙවෙයි, පුළුවන් තරම් ඉක්මනට මේ දහම් මාර්ගය අනුගමනය කරල භයානක සසරින් මිදෙන්න ඒ අවස්ථාව යොදා ගන්න කියන කාරණය.**

මොකද අද ඉන්න බහුතරයක් උදවිය, විශේෂයෙන් සම්මත බෞද්ධයො තමන් ඉපදිලා ඉන්නෙ මොකටද කියලවත් දන්නෙ නෑ. අපේ ආදි මුතුන් මිත්තන් නම් එහෙම නෑ. පිනක් දහමක් කරගෙන බණක් භාවනාවක් කරගෙන, පුළුවන් තරම් ඉක්මනට මේ භයානක සසර කෙටි කරගන්න තමයි ඒ අය උත්සාහ කළේ. නමුත් දැන් ඉන්න අයට එහෙම දුර දිග දැක්මක්, ඉලක්කයක් නෑ. ඒ ගැන කියවෙන නියම දහම යට ගිහින් තිබීම නිසා, යන්නත් වාලෙ ඔහේ යනවා. කවුරු හරි කියන දෙයක් අහගෙන ඉඳල, දෙන දෙයක් කාල බීල අන්තිමට හිතේ අමාරුවෙන් හිස් අතින්ම මැරිල යනවා. ඒ මැරෙන්නෙත් බොහෝකොටම ස්වභාවිකව නෙවෙයි. හදිසි අනතුරු ඇරුනම, බොහොමයක් උදවිය ප්‍රයෝග විපත්තිවලින් වස විස ශරීරගත වීමෙන් තමයි මැරෙන්නෙ.

අපේ රට ගත්තොත් දැන් සමහර ප්‍රදේශවල ජනගහණයෙන් 1/3 කටම දියවැඩියාව. තවත් සමහර ප්‍රදේශවල 1/4 කට දියවැඩියාව. හැබැයි මේ කියන්නෙ ඉස්සර තිබිච්ච කර්මජ රෝග යක් විදිහට ආපු දියවැඩියාව නෙවෙයි, වස විස කාල හැදිච්ච දියවැඩියාව. ඒකෙත් සැඟවුනු පැත්තක් තියෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් අද සමාජයේ පිළිගන්න, වෛද්‍ය විද්‍යාවෙනුත් දීපු මතයක් තමයි, හොඳට සීනි, බටර්, මස්, තෙල් කෑම කාල අතපය හොල්ලල මුකුත් වැඩක් පලක් කරන්නෙ නැතිව, සීත කාමරවලට වෙලා සුඛෝපභෝගීව කල් ගෙවන අයට තමයි මේ දියවැඩියාව හැදෙන්නෙ කියල. නමුත් මේ වෙනකොට අතපය හොල්ලල දහදිය මහන්සියෙන් වැඩ කරන, පොල් සම්බෝලයි බතුයි කාල ඉන්න අර රජරට, හම්බන්තොට, තිස්සමහාරාමය වගේ ප්‍රදේශවල ඉන්න ගොවියන්ටත් දියවැඩියාව. එතකොට ඒකට හේතුව මොකක්ද? දියවැඩියාව විතරක් නෙවෙයි පිළිකා, අධි රුධිර පීඩනය, හෘදයාබාධ, හන්දිපත් අමාරු, වකුගඩු නරක් වීම කියන මේ හැම ප්‍රශ්නයක්ම මීට දසක කිහිපයක පටන් සීඝ්‍රයෙන් අසාමාන්‍යයෙන් වැඩි වීගෙන එනවා. අවුරුදු 25 - 30 පනිනකොට හන්දිපත් අමාරු නැති කෙනෙක් අද හොයාගන්නත් නැති තරම්. කොන්දෙ, වැලමිටේ, දණහිසේ මේ හැම තැනම ගැටළු. ඒ මදිවට ශරීරයේ තියෙන අස්ථි කොටස් පණ පිටින්ම දිරල. වැඩක් පලක් කරගන්න බෑ. හැබැයි ඉස්සර ඔය මොන ප්‍රශ්නයක්වත් නෑ.

වකුගඩු රෝග, දියවැඩියාව වගේ රෝග ගත්තම ඒවා දිගු ☞

කාලීනව සිද්ධ වෙන ක්‍රියාදාමයක ප්‍රතිඵලයන්. දියවැඩියාව හෝ අධිරුධිර පීඩනය වගේ රෝගී තත්ත්වයක් අවුරුදු 8 - 10 ක් තිබුනොත්, හරියට ප්‍රතිකර්මයක් කළේ නැත්නම් වකුගඩු අක්‍රිය වෙන්නත් ඒ තත්ත්වය බලපානවා. හැබැයි වකුගඩු නරක් වුනාට පස්සෙ දැන් තියෙන වෛද්‍ය විද්‍යාවෙන් ඒකට ප්‍රතිකර්ම නෑ. ඒක ආපස්සට අඩින්න බෑ, මුල් තත්ත්වයට පත් කරන්න බෑ. දිය වෙච්ච වකුගඩුවක් නැවත වර්ධනය වෙන්නෙ නෑ. ඒක තමයි භයානකත්වය. ඒ කාරණය බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවත් පිළිගන්නවා. එතකොට ඊට පෙර ඒ ගොවියන්ට අධි රුධිර පීඩනයක් තිබිලත් නෑ, සීනි වැඩි වෙලා තිබිලත් නෑ, වකුගඩු රෝගවලට හේතු වෙනවයි කියල පිළිගත්තු වෙනත් කාරණා හෝ පාරම්පරික හේතු තිබිලත් නෑ. හැබැයි අන්තිමට වකුගඩු නරක් වෙලා. ඒ නිසා මොකද කළේ, මේ කෘෂි රසායන ගෙන්වන සමාගම් මුල් වෙලා ඇත්ත හේතුව වසං කරල, හඳුනා නොගත් හේතුකාරකයකින් හට ගත්තු වකුගඩු රෝගයක් විදිහට ඒ තත්ත්වය හැඳින්නුවා.

1994 න් පස්සෙ තමයි ඒ තත්ත්වය හඳුන ගත්තෙ. සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සංඛ්‍යා ලේඛනවලට අනුව, ඒ හා සම්බන්ධ වෙබ් අඩවිවල තොරතුරුවලට අනුව, සමහර ගොවි ජනපදවල මේ වෙනකොට වකුගඩු රෝගයෙන් විසි තිස් දහස් ගණන් මියගිහින්. තවත් දහස් ගණනක් රෝගීන් බවට පත් වෙලා. ඒ අතරත් මැරෙන්න ඔන්න මෙන්න කියල පණ අදින රෝගීන් ඉන්නවා. එතකොට මේ නිකං සත්තු නෙවෙයි. රටට බත සපයන ගොවියො. දැන් ඉතිං **මේ වකුගඩු රෝගීන් බවට පත් වෙච්ච අයගෙ ඒ රෝගය හොඳ කරන්න බටහිර වෙදකමේ කිසිම විසඳුමක් නෑ.** කිසිම පෙත්තක්, එන්නතක් හෝ සිරප් එකක් නෑ. කරන්න පුළුවන් එකම දේ තමයි තවදුරටත් වකුගඩු නරක් වෙන්න නොදී ඒ මට්ටමින් රැක ගැනීම. අන්තිමට ඒකෙන්ම මැරිල යනවා. හැබැයි ඒ වයසට ගිහින් නෙවෙයි.

ඉතිං බටහිර වෙදකමේදි අසනීපය පාලනය කිරීමක් විතරයි සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒකත් බොහොම කෙටි කාලයකට. මුලින්ම මොනවහරි බෙහෙත් ටිකක් දෙනවා. ඊට පස්සෙ රුධිර කාන්දු කරන කියල හඳුන්වන ක්‍රමයකින්, ශරීරයේ තියෙන ලේ ටික එළියට ඇදල අරගෙන යන්ත්‍රයක් හරහා සුද්ධ පවිත්‍ර කරල නැවතත් ශරීරයට ඇතුල් කරනවා. ඉතිං වකුගඩු රෝගය හඳුනගත්ත මුල් කාලයේ ඕක සතියකට වතාවක් විතර ක්‍රියාත්මක කරල, අන්තිමට සතියට දෙපාරක් තුන්පාරක් හතර පාරක් කරන මට්ටමට ඇවිත්, දවස ගානෙ කරන්න වෙන මට්ටමටම පත් වෙනවා. රෝගය තවත් උත්සන්න වුනාම දවසට දෙවතාවක් කරන්න සිද්ධ වෙන අවස්ථාත් එනවා. ඊට පස්සෙ ඉතිං මරණය. ඒ නිසා ඒක ප්‍රතිකර්මයක් නෙවෙයි, මරණය තවත් දික් කිරීමක් විතරයි ඒකෙන් කරන්නෙ. අනික ලේ සුද්ධ කරන්න එක වතාවකට යන වියදම, ඒ සඳහා ගත වෙන කාලය සහ ශරීරයට එන වේදනාව කියන මේ කාරණාත් රෝගියා දරාගන්න ඕන.

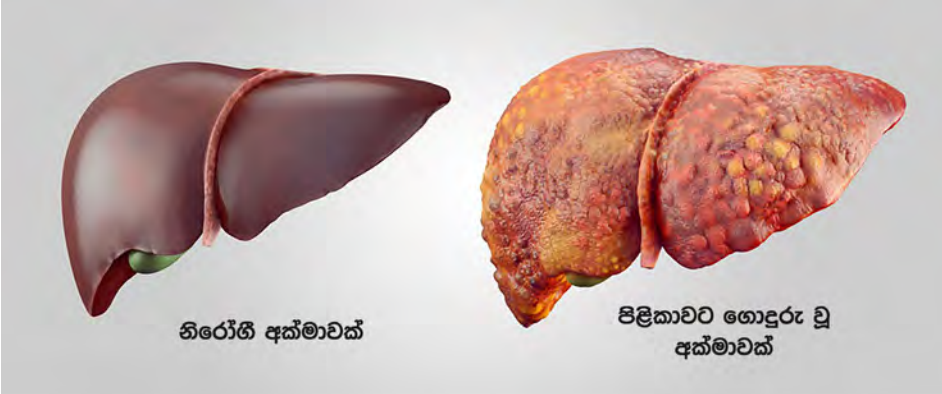
ඉතිං මේ ක්‍රමයෙනුත් බැරි නම් අන්තිමට වකුගඩු බද්ධ කරන්න වෙනවා. දැන් පත්තරයක් අරගෙන බැලුවොත් කී දෙනෙක් නම් වකුගඩු ඉල්ලල දැන්වීම් දාල තියෙනවද? මොකද තියෙන වකුගඩු දෙකම දියවෙලා, එහෙම නැත්නම් අක්‍රිය වෙලා. ඉතිං එහෙම ඉල්ලුව පළියට වකුගඩු දෙන්න පුළුවන් අයත් නෑ. මොකද හැම වකුගඩුවක්ම තව කෙනෙකුට ගැලපෙන්නෙත් නෑ. ගැලපුනත් අන්තිමට බලනකොට ඒ අයත් ලෙඩ්ඩු. සාමාන්‍යයෙන් කෙනෙක්ගෙ වකුගඩු 70% ක් පමණ නරක් වෙලා තිබුනත් ඒ තත්ත්වය දරාගෙන ඉන්න පුළුවන්, ජීවත් වෙන්න පුළුවන්. නමුත් හුඟක් අයගෙ ලෙඩේ හඳුන ගන්නකොට 70% ත් ඉක්මවා ගිහින්. ඊට පස්සෙ ඉතිං ඉතුරු ටික රැක ගන්න තමයි සටන් කරන්න වෙන්නෙ.

දැන් එතකොට **අවසාන වශයෙන් පරීක්ෂණවලින් ඔප්පු වෙලා තියෙන දේ තමයි, මේ විනාසයට මූලිකම හේතුව කෘෂි රසායන භාවිතය කියල.** තව හේතු තිබුනත්, ප්‍රධාන හේතුව වෙලා තියෙන්නෙ ඒ කාරණය. කෘෂි රසායන නැත්නම් මේ වගේ විනාසයක් නෑ. ඉස්සර ප්‍රසිද්ධියේ වස විස කියල සාම්ප්‍රදායිකව පිළිගත්ත සිගරට්, මත් පැන් වගේ දේවල් තිබුනත්, දැන් මේ කන බොන හැම එකක්ම වහ කියල පිළිගන්න සිද්ධ වුනේ මේ මෑත කාලයකදි.

එතකොට මේ කෘෂි රසායනවලින් විස වෙන ප්‍රධාන කාණ්ඩ 3 ක් මේ වෙනකොට හඳුනගෙන තියෙනවා. ඒ තමයි ආසනික්, කැඩ්මියම් කියන බැර ලෝහ සහ ග්ලයිෆොසේට් කියන වල් නාශකය. දැන් මේ කියන විසවලින් වකුගඩු නරක් වෙච්ච අයගෙ මුත්‍රා පරීක්ෂා කරල බලනකොට ඒ විස වකුගඩුවල තියෙනවා. හැබැයි ග්ලයිෆොසේට්වලට පක්ෂපාතී අය කියන්නෙ, ඒක පසට වැටුනම හිරු එළියට නිරාවරණය වෙලා විස මැරිල යන නිසා ගැටළුවක් නෑ කියල. නමුත් ඒක සිද්ධ වෙන්නෙ ඒ අය පර්යේෂණ අත්හදා බලපු කෘත්‍රිම පරිසරයක් තුල, එහෙම නැත්නම් විද්‍යාගාරයක් තුලදි විතරයි. ස්වභාවික පරිසරයෙදි ඒ විස පසේ රැඳෙනවා. එහෙම රැඳිල අවුරුදු 20 - 30 ත් විතර කාලයක් තියෙනවා. එතකොට ඒ විස ලේසියෙන් අයින් කරන්න ක්‍රමයක් නෑ.

ඊළඟට විශේෂයෙන් කිවුල් ගතිය තියෙන ප්‍රදේශවල ජලයට පහසුවෙන් මේ විස උරා ගන්නවා. මොකද කිවුල තියෙනකොට විස උරාගන්න පහසුයි. ඒ නිසා **ඒ කිවුල් ජලය පානය කරන අයගෙ වකුගඩු ඉක්මනින් නරක් වෙනවා.** එතකොට රජරට වගේ වියළි ප්‍රදේශවල තියෙන කිවුල අනික් ප්‍රදේශවල නෑ. ඒ නිසා තමයි අනික් ප්‍රදේශවලට ඒ විස අර තරම්ම බලනොපාල තියෙන්නෙ. හැබැයි අනික් ප්‍රදේශවල අයටත් මේ වස විස ගහපු ආහාරම තමයි කන්න බොන්න වෙලා තියෙන්නෙ. වෙනස තමයි සාපේක්ෂව ගත්තම ඒ කිවුල් ප්‍රදේශවල වකුගඩු රෝගය උග්‍ර වීම. ඉතිං මේ වගේ වස විස ඕනම ශාකයකට පහසුවෙන් උරා ගන්නවා. කොළ, ගෙඩි, ඇට මේ හැම එකටම ඉතාමත් ඉක්මනින් උරා ගන්නවා. ඒවා ආහාර විදිහට ගත්තම විවිධාකාරයෙන් ඒ විස අවශෝෂණය වෙලා කොටසක් වකුගඩුවලට යනවා. කොටසක් අක්මාවෙ ගිහින් තැන්පත් වෙනවා. තවත් කොටසක් අග්න්‍යාශයේ තැන්පත් වෙනවා. තවත් කොටසක් මහ බඩවැලේ තැන්පත් වෙනවා. මේ විදිහට විවිධ අවයවවල ඒ විස තැන්පත් වෙනවා.

අක්මාවේ නිපදවෙන හෙපරින් නම් රසායනය නිසා තමයි ලේ කැටි ගැහෙන්න දෙන්නෙ නැතිව රඳවගන්නෙ. එතකොට අක්මාවේ ක්‍රියාකාරීත්වයට බාධා වුනාම ලේ කැටි ගැහෙන රසායනයටත් ඒක බලපානවා. හෙපරින් නිෂ්පාදනය අඩු වුනාම, ඒකෙ ක්‍රියාකාරීත්වය වෙනස් වුනාම ඉක්මනට ලේ කැටි ගැහෙන්න බලනවා. ඒකෙ ප්‍රතිඵල විදිහට ලේ කැටි හිර වෙලා හෘදයාබාධ, ආඝාතය, අංශභාගය වගේ භයානක තත්ත්වයන් ඇති වෙනවා. අන්තිමට අග්න්‍යාශයට බලපෑවම ඉන්සියුලින් නිෂ්පාදනය අඩු වෙනවා, ඉන්සියුලින්වල ව්‍යුහය



වස විස භාවිතාවේ අනිටු ප්‍රතිඵල

වෙනස් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් නතර වෙනවා. ඒ නිසා තමයි දැන් වෙහෙස මහන්සි වෙලා වැඩ කරන ගොවි ජනතාව අතරත් දියවැඩියාව තියෙන්නෙ. මොකද ඒවා භාවිතා කරනකොට ඒ අයගෙ සම්පූර්ණ ශරීරයම මේ වස විසවලට නිරාවරණය වෙනවා.

ඊළඟට මේ විස ගිහින් හන්දිවල තැන්පත් වුනාම අස්ථිවල නම්‍යතාවයට උපකාරී වන සන්ධි තරලය නිෂ්පාදනය වීමත් අඩු වෙනවා. ඒ වගේම ඒකෙ ව්‍යුහය වෙනස් වෙනවා. කාටිලේජවලට අවශ්‍ය කැල්සියම්, පොස්පරස් වගේ සංඝටක වෙනුවට විස තමයි තැන්පත් වෙන්නෙ. ඒකෙ ප්‍රතිඵල විදිහට හන්දිපත් අමාරුව, අතපය හිරිවැටීම් වගේ ආබාධ තත්ත්වයන් ඇතිවෙනවා. ඊළඟට අතපය හොල්ලල වැඩක් පලක් කරන්න බෑ. කම්මැලි වෙනවා. ඉතිං එක තැන වාඩි වෙලා, ණය වෙලා නිකං කල් මරන රස්සාවක් කරනවා. එක්කො තුන් රෝද රථයක වාඩිවෙලා දවස ගෙවනවා. දවසින් වැඩි වෙලාවක් නිකං ඉන්නෙ. එහෙම නැත්නම් ලැල්ලක ලොතරැයි ටිකක් තියාගෙන ඉන්නවා. ඒකත් නැත්නම් රේස් බුකියක රිංගගෙන කොළ පෙරල පෙරල ඉන්නවා. කිසිම නිෂ්පාදනයක් නෑ. මොකද හන්දි අත් පා රිදෙනවා. ස්නායු දුර්වල වෙලා නිදහස් මානසික ශක්තියක් නෑ. ඊළඟට ඉතිං ටික ටික කම්මැලි වෙලා නිද්‍රාශීලී වෙනවා. අන්තිමට අර වගේ මාරාන්තික ලෙඩ රෝග හැදිලම මැරිල යනවා. අද අපේ රටේ හුඟක් තරුණ පිරිසට වෙලා තියෙන්නෙ ඕකයි.

ඊළඟට මේ කන බොන ආහාරවල විස ගිහින් අක්මාවෙ තැන්පත් වුනාම අක්මාවෙ පිළිකා හැදෙනවා. හැබැයි වියළි කලාපයේ නම් පිළිකාවෙන් මැරෙන්නත් පෙර වකුගඩු අක්‍රිය වෙලා මැරෙනවා. දැන් බැලුවම ලේ පිළිකා, අක්මාවෙ පිළිකා, පුරස්ථි ග්‍රන්ථිවල පිළිකා, පෙණහළු පිළිකා, බඩවැලේ පිළිකා, උගුරෙ පිළිකා... ආදී වශයෙන් පිළිකා නැති තැනක් නෑ. රෝගීන්ගෙ සංඛ්‍යාවත් එහෙමයි. වැඩි වෙනව මිසක් අඩුවක් පේන්න නෑ.

එතකොට මේ විස වෙන්න හේතුව තමයි තනිකරම කෘතිම පොහොර, වල් නාශක, කෘමි නාශක... ආදී රසායනික භාවිතය. හැබැයි ඒවා නිෂ්පාදනය කරන බහු ජාතික සමාගම්වල බලය නිසා මෙච්චර කාලයක් ඒ කාරණය වසං කරගෙන යට ගහල තිබුනෙ. නමුත් දැන් ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයෙන්ම පර්යේෂණ කරල වාර්තාවක් නිකුත් කරල තියෙනවා, ත්‍රිත්ව අවදානමක් සහිත මේ ආසනික්, කැඩ්මියම්, ග්ලයිෆොසේට් කියන විස ගැන. එතකොට ඒව ගෙන්වන බහු ජාතික සමාගම් ඒ වාර්තාවලින් කියවෙන දේවල් යටගහන්නත් විවිධ උත්සාහයන් දරනවා. විශේෂයෙන් බලයේ ඉන්න සමහර දේශපාලනඥයො යොදාගෙන තමයි ඒව කරන්නෙ. ඉතිං අපේ ඉන්න හුඟක් මෝඩ ගොවියොත් මොකද කරන්නෙ, ඒ අයගෙ වෙළඳ දැන්වීම්වලට රැවටිලා ඉවක් බවක් නැතිව මේ රසායන මිලදී අරගෙන වගාවට ගහනවා. මොකද මේ බහු ජාතික නිෂ්පාදන සමාගම් ඒ වෙළඳ දැන්වීම් හරහා පසුගිය කාලෙ ගොවියන්ටත් මොළ සුද්දයක් දීල තිබුනෙ.

මීට හුඟක් ඉස්සර ඔය වස විස පටන් ගත්ත කාලෙ, හොඳට සරමයි බැනියමයි ඇඳපු ගොවි මහත්තයෙක් ජටාවක් හිසේ බැඳගෙන, සාළුවකුත් කරේ දාගෙන, එහෙම නැත්නම් නැම් පනාවක් හිසේ ගහගෙන, බාහිරින් හොඳ ගොවියෙක් විදිහට පෙනී ඉඳල කුඹුරට පොහොර, තෙල් බේත් ඉහින හැටි ඒ අයගෙ ප්‍රකාශත් එක්කම වෙළඳ දැන්වීම්වලින් පෙන්නුවා. ඒ දවස්වල රූපවාහිනියේ මොන වැඩසටහනක් ගියත් ඒ අතරටත් ඔය වගේ වෙළඳ දැන්වීම් තමයි පෙන්නුවෙ. **ගොවියාගේ හිත මිතුරා කියල තමයි මේ ප්‍රමිතියක් නැති බාල වස විසට ඒ අය අන්වර්ථ නාම දීල තිබුනෙත්.** ඉතිං ඒක බලාගෙන ඉන්න අපේ ගොවියොත් ඒ අයගෙ ලණු කාල අපේ තිබිච්ච පාරම්පරික ක්‍රමවේදවලට පයින් ගහල, අර වස විස වැඩි මිලක් ගෙවල අරගෙන කුඹුරට ගහන්න පටන් ගත්තා. ඒවායේ තියෙන භයානකත්වය ගැන කවුරුවත් දැනුවත් කළේ නෑ. ඔය විදිහට තමයි මේ රටේ මිනිස්සු රැවටිලා විනාස වුනේ.

හැබැයි ඉතිං මේ මෑතකදි ඉඳන් මේකෙ බරපතලකම ටිකක් හරි තේරුම් අරගෙන තියෙන නිසා, දැන් ඉස්සර වගේ රූපවාහිනියේ, ගුවන් විදුලියේ, මුද්‍රිත මාධ්‍යවල, ඒ වගේම පාරෙ තියෙන විදුලි රැහැන් කණුවල මේ වගේ වස විස දැන්වීම් පළ කරන්න බැරිවෙන්න නීති පනවල තියෙනවා. ඒ නිසා දැන් ඒ තත්ත්වය ටිකක් පාලනය වෙලා තියෙනවා. නමුත් ඒ අය වෙනත් උපක්‍රමවලින් ඒ වගේ දේවල් ගොවියො අතරට ගෙනියනවා. බලන්න සමහර ප්‍රදේශවල යායට තියෙන කුඹුරුවල යාරෙන් යාරෙට ඒ ලියදි මැද්දෙන් බහු ජාතික කෘෂි නිෂ්පාදන සමාගම්වල දැන්වීම් හිටවල තියෙන හැටි. ගොවියන්ට කීයක් හරි දීල, එහෙම නැත්නම් වස කුප්පියක් දෙකක් නොමිලේම දීල ඒ අයව ගොනාට අන්දගෙන ඒ විදිහටත් ප්‍රචාරය ගෙනියනවා.

දැන් එතකොට පැරකොට් කියන වල් නාශකය තහනම් කරල අවුරුදු 15 ක් විතර වෙනවා. නමුත් රජරට ගොවියන්ගෙ මුත්‍රා පරීක්ෂා කරනකොට පැරකොට් තියෙනවා. ඒ කියන්නෙ තහනම් කළත් වෙනත් නීති විරෝධී ක්‍රමවලින් නැවත එනවා. ඒ ගැන හොයන්නෙ බලන්නෙ නෑ. ඊළඟට පූර්ණ වල් නාශකයක් වන ග්ලයිෆොසේට් කියන්නෙ මෑත කාලයේ මේ රෝගවලට වැඩිම බලපෑමක් එල්ල කරපු රසායනයක්. අපේ රටේ වැඩියෙන්ම විකිණෙන්නෙත් ඒ රසායනය. ක්‍රිලෝග්‍රෑම් මිලියන ගණන්වලින් ගෙන්වන්නෙ. වැඩි ලාභයක් බලාගෙන ගෙනාවට දැන් ඒකෙන් ඇතිවෙච්ච විනාශකාරී බව ඊට වඩා දහස් ගුණයක් වැඩියි. පස් අංශුවල ඉන්න වැදගත් බැක්ටීරියා ඇතුළු ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මේ රසායනය නිසා විනාශ වෙලා යනවා. සමහරු කියනවා ඒක ගැහුවම පොළොව නිකං බටර් වගේ වෙනවලු. මොකද ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වෙලා පස්වල අයන සංයුතිය ☞

වෙනස් වුනාම පස් අංගු ලිහිල් වෙලා විසිරිලා යනවා. පොළොව යට ඉන්න ගැඩවිල්ලු පස උඩට ඇවිත් මැරෙනවා. ඒකයි හේතුව. දැන් ඒකෙ තවත් ප්‍රතිඵලයක් විදිහට වැව් ඇල වේලිවල තණකොළ මරන්න කියල මේ රසායනය ගැහුවම, පොඩි වැස්සකටත් වැව් බැමි, ඇල වේලි කඩාගෙන යනවා. **මෙච්චර කාලයකට අවුරුදු දහස් ගණනක් ශක්තිමත්ව තිබ්බ්ච වැව් බැමිත් දැන් කඩාගෙන යන්න පටන් අරන්.**

දැන් මේ රසායන ගෙන්වන, නිෂ්පාදනය කරන, ඒවාට අනුබල දෙන අය කෑ ගහනවා, ඒ රසායනවලින් මිනිස්සුන්ට හානි වෙනව කියල 100% ක්ම ඔප්පු කරන්න බෑ කියල. ඉතිං 100% ක්ම ඒක සිද්ධ වෙන විදිහ ඔප්පු කරන්න නම්, දවස ගානෙ ටික ටික මිනිස්සුන්ට ඒ වස බොන්න දීල ඒ රෝගය හැදෙනවද කියල බලන්න ඕන. නමුත් කවුද ඒ වගේ දෙයක් ඔප්පු කරන්න තමන්ගෙ වටිනා ජීවිතය බිල්ලට දෙන්න ඉදිරිපත් වෙන්නෙ? එහෙනම් ඒ සමාගම්වල කෙනෙකුට පුළුවන්නෙ ඉදිරිපත් වෙන්න. ඉතිං මිනිස්සු යොදාගෙන පර්යේෂණ කරන්න බැරි නිසා තමයි, පිටරටවල මීයන් වගේ සත්තු යොදාගෙන ඒ වගේ පර්යේෂණ කරල තියෙන්නෙ. **ප්‍රංශයේ මීයන් යොදාගෙන ග්ලයිෆොසේට් සම්බන්ධව කරපු පරීක්ෂණයකින්, මිනිස්සුන්ගෙ වකුගඩු නරක් වෙච්ච ස්වභාවයෙන්ම ඒ විදිහටම මීයන්ගෙත් වකුගඩු නරක් වෙනව කියල හොයාගෙන තියෙනවා.** ඒවායෙ තොරතුරු බටහිර විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ සඟරාවල පළ වෙලා තියෙනවා.

හැබැයි ඔච්චර දැගලුවෙ නැති වුනාට මේ කාරණය ඔප්පු කරන්න ලංකාවෙන්ම සාක්ෂි තියෙනවා. දැන් බලන්න මේ කියන වකුගඩු රෝගය මැදවච්චියෙන් එහාට නෑ. යාපනය, මුලතිව්, කිළිනොච්චිය වගේ ප්‍රදේශවල නෑ. මොකක්ද හේතුව? අවුරුදු 30 ක් තිස්සෙ තිබ්බ්ච ත්‍රස්තවාදී යුද්ධය නිසා රජයේ ආරක්ෂක හමුදාව මැදවච්චියෙන් එහාට යූරියා, පොස්පේට් පොහොර... ආදී කෘෂි රසායන ගෙනියන්න ඉඩ දුන්නෙ නෑ. මොකද ඒව යොදාගෙන බෝම්බ වගේ පුපුරන ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදනය කරන නිසා. ඒ නිසා ඒ ප්‍රදේශවල ගොවි ජනතාවට ඒවා පාවිච්චි කරන්න අවස්ථාවක් ලැබුනෙ නෑ. එතකොට **30 අවුරුද්දක යුද්ධයෙන් ඒ පළාත්වල ජනතාවට වෙච්ච එකම සෙත තමයි මේ වගේ භයානක රෝග නොහැදීම. විශේෂයෙන් වකුගඩු රෝගය.** මේ තමයි කෘෂි රසායන සහ වකුගඩු රෝගය අතර සම්බන්ධය පෙන්වන්න තියෙන හොඳම උදාහරණය. හැබැයි යුද්ධය ඉවර වෙච්ච 2009 අවුරුද්දෙන් පස්සෙ දැන් ඒ තත්ත්වයත් ටික ටික වෙනස් වීගෙන යනවා. අර අවුරුදු 30 ක හිලව්ව පියවන්නත් එක්ක එහේ මිනිස්සු දැන් ගොනාට ඇන්දිලා පොකුරු පිටින් මේ වස විස ගහනවා. හැබැයි තවමත් අනික් පළාත්වල වගේ ඒ රෝගය හරියට උත්සන්න වෙලා නෑ. මොකද ඒකට තවත් කාලයක් ගත වෙනවා.

ඊළඟට පොදුවේ මුළු මහත් රට වැසියන්ම කන වස විස තියෙනවා. ඒවා විවිධ ආහාර ඔස්සේ මිශ්‍ර කරල අපිට කවනවා. MSG හෙවත් මොනොසෝඩියම් ග්ලූටමේට් කියන්නෙ ඒ වගේ ප්‍රධානම රසකාරකයක්. මේ ගැන මීට කලිනුත් හෙළිදරව් කළා. ඒක තහනම් කරනවයි කිව්වට තවමත් තහනම් කරල නෑ. බහාලුම් (කන්ටේනර්) පිටින් තවමත් ගෙන්වනවා. මේ ග්ලූටමේට් කියන රසායනය මධ්‍යම ස්නායු පද්ධතියට සෘජුවම බලපෑම් එල්ල කරනවා. වෙළඳසැල්වල දිවා රෑ විකුණන ෆ්‍රයිඩ් රයිස්වලට විශේෂයෙන්ම මේ රසායනය එකතු කරනවා. ඒක ආහාරයට ගත්තම ස්නායු අන්ත උත්ප්‍රේරණය වෙනවා. එතකොට මනුස්සයෙක් ආහාරයක් ගත්තම, දැන් ඇති කියල මොළයට පණිවිඩයක් යන ක්‍රමයක් තියෙනවා. මේ රසකාරකයෙන් ඒ පණිවිඩ යාම අවුල් කරනවා. එතකොට කොච්චර කෑවත් කෑවෙ නෑ වගේ. ඉතිං වැඩිපුර කාල ශරීරය මහත් වෙනවා. ඊළඟට දියවැඩියාව, රුධිර පීඩනය... ආදී නොයෙක් ආබාධ එනවා.

ඊළඟට දැන් ඉන්න හුඟක් අම්මලාගෙ මෝඩ පුරුද්දක් තියෙනවා. ළමයි ඉස්කෝලෙට යවනකොට උදේට කෑම පෙට්ටියට එක්තරා ක්ෂණික නූඩ්ල්ස් වර්ගයක් හදල කාපන් කියල දානවා. ඒකෙ තියන්නෙත් MSG කියන විස රසකාරකය. ඉතිං කාලයක් යනකොට ළමයි ඒකට ඇබ්බැහි වෙනවා. ඊට පස්සෙ ඒක නැතිව බැරි වෙනවා. ඒකෙ අවසන් ප්‍රතිඵලය තමයි ස්නායු පද්ධතිය සම්පූර්ණයෙන්ම අවුල් වීම. ඊට පස්සෙ මානසික ශක්තිය පිරිහිලා යනවා. තර්ක කිරීමේ හැකියාව නැතිවෙලා යනවා. ඒ ශක්තිය ක්‍රමයෙන් අඩු වෙනවා. ඉතිං එහෙම වෙනවට කැමති පිරිසකුත් ඉන්නවා. මොකද රටක මෝඩ ජනතාවක් බිහි වුනාම ඒක දඩමීමා කරගෙන වෙළඳ මාෆියාවක් හදාගන්න හරිම පහසුයි. ඒ නිසා මේ වගේ දිගු කාලීන කුමන්ත්‍රණ ගැන ජනතාව සැළකිලිමත් වෙන්න ඕන.

ඊළඟට දැන් ගෙදර පරිප්පු හොද්දක්, සම්බෝලයක් හදනකොටත් කුකුල් මස් රසය එන්න කියල ඒකටත් සුප් කැටයක් හඳුන්වා දීල තියෙනවා. ඒකෙ තියෙන්නෙත් අර වස. **මෙච්චර ස්වභාවික ලුණු ඇඹුල් තුනපහ තියෙන රටේ මේ වගේ දහ ජරාව එකතු කරල, අතේ තියෙන තුට්ටු දෙකත් වියදම් කරගෙන අන්තිමට ලෙඩ වෙලා මැරිල යනවා.** ඒ වගේම දැන් හුඟක් රාත්‍රී කඩවල, විශේෂයෙන් කොත්තු කඩවල කහ - රතු පෙට්ටියක් තියෙනවා. ඒකට කියන්නෙ සර්ව රස ද්‍රාවණය (ස්ටොක් සොලියුෂන්) කියල. ඒකෙත් තියෙන්නෙ MSG සහ රතු එළු රසකාරක, සුදු එළු රසකාරක... ආදී කෘතිම රසකාරකවලින් හදපු කුකුල් මස් රසකාරක. ඒකෙන් ඕනම ආහාරයක් රස ගන්වන්න පුළුවන්. හැබැයි ඒ රසායන මනුස්සයාගෙ ස්නායු පද්ධතියට ඉතාම අහිතකරයි. ඒ නිසා ළමයින්ට ආදරේට කියල මේ වගේ දහ ජරාවල් ගෙනත් දෙන්න එපා.

ඒ වගේම දැන් තියෙන ආහාර වර්ග අතර තවත් අහිතකර දෙයක් තමයි සෝයා වර්ග. ස්වභාවික සෝයා සහ කෘතීම සෝයා මොනවද කියල අද වෙන් කරල අඳුන ගන්න ක්‍රමයක් නෑ. ගොඩක් සෝයා වර්ග ජාන වෙනස් කරල පිටරටවල්වලින් එන්නෙ. ඒවට මැස්සෙක්වත් වහන්නෙ නෑ. කුඹියෙක්වත් කන්නෙ නෑ. මොකද ඒ තරම් විස. හැබැයි සත්තු නොකෑවට ඒව අපේ මිනිස්සු පුදුම විදිහට කනවා. ඒව කෑවම පුරුෂයන්ගෙ ටෙස්ටෙස්ටෙරෝන් හෝමෝන නිෂ්පාදනය අඩු වෙලා ඊස්ට්‍රජන් හෝමෝනය වැඩි වෙනවා. එතකොට පුරුෂයන්ගෙ පුරුෂ ගති ලක්ෂණ අඩු වෙලා ස්ත්‍රීන් වගේ වෙනවා. ඒ වගේ මානසික ශක්තිය වෙනස් කරන්නත් ඒ රසායනවලට පුළුවන්. ඒක ප්‍රයෝග විපත්තියක්. ඉතිං මේ කාරණා ගැන එකින් එක වෙන වෙනම කියන්න අවශ්‍ය නෑ. **මේ වගේ හෝඩුවාවන් කිහිපයක් පෙන්වා දුන්නම, ඒ ගැන හොයල බලල දැනුවත් වෙන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. එහෙම දැනුවත් වෙලා ඒ පණිවිඩය අනික් අයටත් කියල දෙන්න මනුස්සයො වශයෙන් කාරුණික වෙන්න ඕන.**

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ 68 වන කලාපය සඳහා ශ්‍රමය හා මූල්‍යමය දායකත්වය සැපයූ පිංවතුන්

<u>ශ්‍රම දායකත්වය</u>

■ ධම්මික සේනාධීර මහතා - හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලබේ ■ චන්දන සිරිවර්ධන මහතා - අලපලාදෙනිය ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා - නුගේගොඩ ■ අමිත් සමරනායක මහතා - බෙල්ලන්තර ■ සඳරුවන් පෙරේරා මහතා - මොරටුව ■ නිවන්ති වීරතුංග මහත්මිය - මාතලේ ■ ෆික්රි ඉස්මයිල් මහතා - ගොතටුව ■ ඒ. එම්. ධනරත්න අල්විස් මහතා - පැපිලියාන ■ දර්ශන පෙරේරා මහතා - පිළියන්දල ■ රත්න පෙරේරා මහතා - කැස්බෑව ■ ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය - පිටකෝට්ටේ ■ ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය ■ නන් අයුරින් දායක වූ පින්වතුන්

<u>මූල්‍යමය දායකත්වය</u>

■ ඇමරිකාවේ මිචිගන්හි පදිංචි රවි අමුණුගම මහතා, හේමාලි අමුණුගම මහත්මිය, අසේල බෙන්තර මහතා සහ චතුරිකා කහඳුගොඩ මහත්මිය - රු. 32,000/- ■ ආසිරි වනිගරත්න මහතා සහ දීපිකා සන්දනායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - මහරගම - රු. 25,000/- ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා, නදීරා අරම්පොල මහත්මිය, තනුරි හිඳුරංගලගේ සහ සනුරි හිඳුරංගලගේ දියණියන් - නුගේගොඩ - රු. 10,000/- ■ සමන් සිල්වා මහතා - කළුතර - රු. 10,000/- ■ තුසිත නාකන්දල මහතා, සරුපා නාකන්දල මහත්මිය, දෙවින්යා දුව - ගල්කිස්ස - රු. 10,000/- ■ වෛද්‍ය තාරක රත්නායක මහතා සහ ලසන්ති රත්නායක මහත්මිය - නුගේගොඩ රු. 6,000/- ■ අමිල සල්ගාදු මහතා, ජයන්ත සල්ගාදු මහතා සහ කාන්ති ඒකනායක මහත්මිය - බෝමිරිය - රු. 5,000/- ■ අමිත් හඳුගොඩ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අත්තිඩිය - රු. 5,000/- ■ ගයාන් පුෂ්පික ඉන්ද්‍රජිත් ලොකුමාන්න මහතා, හිරෝෂානි ලොකුමාන්න මහත්මිය, සෙනුත් ලොකුමාන්න පුතා - ගල්කිස්ස - රු. 5,000/- ■ සොනාලි සමරදිවාකර මෙනවිය - මහරගම - රු. 5,000/- ■ මෙරිල් ඩයස් මහතා, ඩිලානි ඩයස් මහත්මිය, ශවින්ද්‍රි ඩයස් සහ ප්‍රශානි ඩයස් යන දියණියන් - නාවින්න - රු. 5,000/- ■ කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගි වන පින්වතුන් - රු. 3,000/- ■ ජනක හපුආරච්චි මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ගිනිගත්හේන - රු. 3,000/- ■ කේ. එම්. සමන්ත ප්‍රදීප් මහතා - කඹුරුගමුව, මාතර - රු. 3,000/- ■ සුජාන් කරස්නාගොඩ මහතා සහ නිලූෂි දිසානායක මහත්මිය - ඕස්ට්‍රේලියාව - රු. 3,000/- ■ දේශිකා වික්‍රමසිංහ මෙනවිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කොළඹ - 3,000/- ■ ටී. ටී. පී. සිල්වා මහත්මිය - නාගොඩ කළුතර - රු. 2,500/- ■ ඩී. ඩී. විතාරණගේ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - නුගේගොඩ - රු. 2,500/- ■ යූ.ඩී. රෝෂන දිල්ශාන්ත මහතා සහ දුලානි මණ්ඩාවල මහත්මිය - පොළොන්නරුව - රු. 2,500/-■ ගුණපාල ඉද්දගොඩ මහතා - විජේරාම - රු. 2,000/- ■ නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගී වන පින්වතුන් - රු. 2,000/- ■ ඔස්ටින් ප්‍රනාන්දු මහතා සහ සිසිර සිරිවර්ධන මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - පොල්ගහවෙල - රු. 2,000/- ■ සෝමා වික්‍රමසිංහ මහත්මිය - යක්කල - රු. 2,000/- ■ සංජය රණවීර මහතා - මහරගම - රු. 2,000/- ■ නුවන් යාපා අමරසේකර මහතා සහ චරිතා කුමාරි හෙට්ටිආරච්චි මහත්මිය - රදාවාන - රු. 2,000/- ■ සකුන්තලා ඒකනායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - බත්තරමුල්ල - රු. 2,000/- ■ උපුල් පරාක්‍රම ද සිල්වා මහතා - මාරවිල - රු. 2,000/- ■ යූ. එච්. චාතුර්යා උයනහේවගේ දියණිය - අවිස්සාවේල්ල - රු. 2,000/- ■ පී. රුවිනා දීපානි මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - පිටකෝට්ටේ - රු. 2,000/- ■ අයිරාංගනී තිලකරත්න මහත්මිය - නාවල - රු. 1,500/- ■ තිලානි ද සිල්වා මහත්මිය - රු. 1,500/- ■ කුමාරි විජේකෝන් මහත්මිය - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,500/- ■ ජේ. කේ. සිසිර කුමාර සමරදිවාකර මහතා ඇතුළු පිරිස - එල්ලක්කල - රු. 1,350/- ■ පූජ්‍ය වලපනේ සාසනරතන හිමි - රු. 1,000/- පූජ්‍ය නාමල්දෙණියේ විජයදේව හිමි - රු. 1,000/- ■ ශ්‍යාමල් බණ්ඩාර මහතා - කුරුණෑගල - රු. 1,000/- ■ එරංග ලියනගේ මහතා සහ බිසන්තිකා ගුණසේකර මහත්මිය - කළුබෝවිල - රු. 1,000/- ■ ක්‍රිෂාන්ත ප්‍රියමධු මහතා - කළුබෝවිල - රු. 1,000/- ■ ගාමිණී ලියනගේ මහතා සහ නයෝමි තරංගා ලියනගේ මෙනවිය - නැදිමාල - රු. 1,000/- ■ ජයනාත් සුබසිංහ මහතා - හෝමාගම - රු. 1,000/- ■ සී. එම්. පී. සී. ලක්රුවන් මහතා - කළුතර - රු. 1,000/- ■ සිරිමල් වේරගම මහතා - යොවුන්ගම - රු. 1,000/- ■ ඒ. විල්සන් පෙරේරා සහ එම්. කල්‍යාණි පෙරේරා යන දෙපළට පිං පිණිස ජයරාණි නිරංජලා අමරතුංග මහත්මිය - තලපත්පිටිය - රු. 1,000/- ■ ජී. ඩී. ඩබ්. සෝමරත්න මහතා - කළුතර - රු. 1,000/- ■ මෝක්ෂර තිලකසිරි පුතා - බැලුම්මහර - රු. 1,000/- ■ සමන්ති රාජපක්ෂ මහත්මිය - පන්නිපිටිය - රු. 1,000/- ■ ඒ. ඒ. එන්. අමරසිංහ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අවුලේගම - රු. 1,000/- ■ නලින්ද ප්‍රේමරත්න මහතා - මහරගම - රු. 1,000/- ■ නිලූකා වෙල්ගම මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කඳාන - රු. 1,000/- ■ එල්. එම්. සුනිල් මහතා - දෙවිනුවර - රු. 1,000/- ■ කෝකිලා ප්‍රනාන්දු මහත්මිය - රු. 1,000/- ■ සක්විති ජයවර්ධන මහතා - කොච්චිකඩේ - රු. 1,000/- ■ සිරියාවතී රන්දෙනි මැණිකේ මහත්මිය - කුඩාවැව - රු. 1,000/- ■ පද්මිණී සේනානායක මහත්මිය - කළුගෙඩිහේන - රු. 1,000/- ■ ඒ. ධර්මපාල මහතා - එල්ලක්කල - රු. 1,000/- ■ ඩබ්. ඒ. මහින්ද ජයතිලක මහතා - වෙල්පල්ල - රු. 1,000/- ■ ඒ. ජයකොඩි මහත්මිය - කිරිවත්තුඩුව - රු. 1,000/- ■ ඒ. ඒ. කෞෂානි සකුනිකා ප්‍රේමතිලක දුව - රදාවාන - රු. 1,000/- ■ පී. ඩී. නයනි නිරෝෂිකා මහත්මිය සහ කේ. ඩී. සුනේත්‍රා මහත්මිය - මීගොඩ - රු. 1,000/- ■ නදීෂා හර්ෂනී ගොඩගේ මහත්මිය සහ ජනක චමින්ද පෙරේරා මහතා - අත්තිඩිය - රු. 1,000/- ■ ජනක රුවන් මහතා - කඹුරුගමුව, මාතර - රු. 1,000/- ■ තුෂාරා අමරතුංග මහත්මිය - හෝමාගම - රු. 1,000/- ■ සහන්යා බුද්ධදාස දියණිය සහ නවීන්ද්‍ර බුද්ධදාස පුතා - නුගේගොඩ - රු. 1,000/- ■ තිස්ස බී. අතාවුද මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ජා ඇල, එම්. ඩී. තිලකරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - වැලිපැන්න, රෝහිණී ගනේගොඩ මහත්මිය - රණාල, රංජිත් වික්‍රමසිංහ මහතා, පද්මාවතී වික්‍රමසිංහ මහත්මිය, සුභාෂිනී දිසානායක මහත්මිය - කඩිගමුව, උපුල් විජේනායක මහතා - මාවනැල්ල, මනෝජ් ජයසූරිය මහතා - මහරගම, ඉසුරු සම්පත් මහතා - කළුතර, දුමින්දා සංජීවනී මහත්මිය - නිට්ටඹුව, කුමාරි ගොඩවිට මහත්මිය - කුරුණෑගල, රසික තුෂාන්ත මහතා - හෝමාගම, නිමල් දසනායක මහතා - ගල්කිස්ස - එකතුව - රු. 4,300/- එකතු වූ සියලු මුදල් පරිත්‍යාග - රු. 200,650/- ■ පළමු පිටපත් 12,000 සඳහා මුද්‍රණ වියදම රු. 288,600/- ■ අනෙකුත් වියදම් - 14,270/- ■ සම්පූර්ණ වියදම - රු. 302,870/- ■ එක් පිටපතක නිෂ්පාදන වියදම - රු 25.23 ■ මුද්‍රණ කටයුතු සඳහා ගිය හිඟ මුදල සඟරා අලෙවියෙන් පියවා ගන්නා ලදී. සඟරා අලෙවියෙන් ලැබෙන ඉතිරි සියලු මුදල් නැවත මුද්‍රණ කටයුතු ඇතුළු දහම් කටයුතු සඳහා යොදවනු ලැබේ.

ඉහත නම් සඳහන් පිංවත් පිරිස ඇතුළු ආධාර උපකාර කළ සියලු දෙනා සිදු කරගත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද හේතු කොටගෙන, අනන්ත සසරේ පටන් මේ දක්වා තම තමන් අතින් අවැඩ, අසාධාරණ, වැරදි, ප්‍රමාද දෝෂවලට ලක් වූ සියලු දෙනාට මෙන්ම උදව් උපකාර කළ සැමටත්, මියගිය සතර වරිගයක ඥාති මිත්‍රාදීන්ටත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද විහිදී පැතිරී පිහිටා සුගතිගාමීව තම තමන්ගේ පැතුම් පරිදි නිර්වාණාවබෝධයටද හේතු වාසනා වේවා! එම ආධාර උපකාර කළ පිංවත් පිරිස් ඇතුළු සිය පවුල්වල සැමටත්, කරන කියන යහපත් රැකී රක්ෂා ව්‍යාපාර ආදියෙන් සියලු ජයග්‍රහණයන් අත් වේවා. දූ දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන ආදී කටයුතුවලින් විශිෂ්ඨ ජයග්‍රහණ අත් වී සුචරිත පිරිසක් වී සියලු අභිවෘද්ධිය උදා වේවා!

සියවස් ගණනාවකට පෙර සැඟව ගිය නිමල බොදු මග යළි පුබුදුවමින්,

හෙළ බොදු පියුම දහම් කරුණු ඔබ වෙත රැගෙන එන්නේ, බුදු පියාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ, අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රය, නිරුක්තිපථ සූත්‍රය සහ අරණවිභංග සූත්‍රය යන සූත්‍රාන්තයන්ට අනුව, දහම් පදවල සැඟවුණු දහම් අරුත් මතු කරන පද නිරුක්ති සහ අතීතය, වර්තමානය, අනාගතය හඟවන තුන්කල් නිරුක්ති සහිත ව්‍යවහාර ශබ්ද නිරුක්ති ක්‍රමවේදය අනුව මිස, උන්වහන්සේ අනුමත නොකළ ලිඛිත භාෂා රීති සහිත බමුණන්ගේ ත්‍රිවේද නිරුක්ති මත නොවන බව සලකන්න.

පින්වත් ඔබ වෙනුවෙන් එළි දැක්වූ දහම් ගබඩාවන්...

www.hiddendhamma.net | mp3.hiddendhamma.net | www.helabodhupiyuma.net | www.aaryadharma.org

විද්‍යුත් ලිපිනය: webmaster@helabodhupiyuma.net දු.අ:- 071 3046895 / 036-2267111 / 072 7076688

සැඟවුණු බොදු මග යළි විවර කරමින් වහරක අරිය චින්තාශ්‍රම බෞද්ධ විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහන් පැවැත්වෙන කාල හෝරාවන්:

සෑම පුන් පොහෝ දිනකම සහ සෑම අමාවක පොහොය දිනකම උදෑසන 8.00 සිට සවස 5.00 දක්වා - පෙහෙවත් සමාදානය, දහම් සාකච්ඡා සහ විශේෂ පුණ්‍යානුමෝදනාව. සෑම මසකම 1 වන සහ 3 වන සෙනසුරාදා ආශිර්වාද පූජාව සහ ධර්ම සාකච්ඡාව. 2 වන සහ 4 වන සෙනසුරාදා භාවනා වැඩසටහන්

ගමන් මාර්ගය: නිට්ටඹුව - රුවන්වැල්ල ප්‍රධාන මාර්ගයේ ගෝණගල්දෙනිය හන්දියේ සිට වහරක අතුරු මාර්ගයේ මීටර 350 ක් පමණ දුරින් දකුණු පස.

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ පසුගිය කලාපයන් ඇතුලු සියලු කලාපයන් දැනට ලබාගත හැකි ස්ථාන:

(1) ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලය - 33, තලවතුගොඩ පාර, පිටකෝට්ටේ (2) හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලඹේ. (0714220558 /0112744308) (3) නිව් පියුම් කොමිනිකේෂන් - පීරිස් මාවත, කළුබෝවිල - 0773742023 (4) පිනැකල් නෙට් - හයිලෙවල් පාර, ගොඩගම- 0112895132 (5) අමර බුක් ෂොප් ඇන්ඩ් කොමියුනිකේෂන් - අංක 113/11 ඒ, බණ්ඩාරනායක මාවත, රත්නපුර - 071-2404242, 072-2404242 (6) පෝලර් රීජන්ස් 402 සී, ගාලු පාර, පානදුර 038-2235369 (7) ස ර ස වි පොත්හල - 330/ඒ, ගාලුපාර, අළුත්ගම - 0773474081 (8) හෙළ බොදු සිසිල සෙනසුන - මුරුතමුරේ, හක්මන - 041-3021878 (9) පත්මසිරි ස්ටෝර්ස් - මුරුතමුරේ (පන්සල අසල) හක්මන - 0718149714 (10) යාපා ටෙක්ස් (සීබ්‍රා ඇපරල්ස්) - 150, නව ආර්ථික මධ්‍යස්ථානය, කෑගල්ල. - 0714569500, 035-3222220 (11) නුගේගොඩ නාලන්දාරාම විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහනින් (ඉරිදා උදේ 9.00 සිට සවස 2.00 දක්වා පමණි.) (0773742023) (12) දෙහිවල කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහනින් (සෙනසුරාදා උදේ 8.30 සිට) සවස 2.00 දක්වා පමණි) (දෙහිවල පොලිස් ස්ථානය අසල) - 0718059784, 0772055098 (13) තුෂාරා ෆැෂන් - හයිලෙවල් පාර, හෝමාගම - 0112857572 (14) තුෂාරි සාරි සෙන්ටර් - කොළඹ පාර, පාදුක්ක - 0766114237 (15) ගේට්වේ අධ්‍යාපන ආයතනය - කලේගාන, ගාල්ල - 091-2242610 (16) නිව් මෙට්‍රෝ කම්පියුටර්ස් - කාලිදාස මාවත, මාතර - 041- 2225118 (17) සහන ෆාමසි - මුණගම, හොරණ - 0712608776 (18) මෝලෙ කඩේ - මුදුන, වලස්මුල්ල - 0711662643 (19) දිලුනෙත් - පාසල් මාවත, කඹුරුපිටිය - 0719856555 (20) ඒකනායක මන්තින්දාරාමය - ඉහළගම, මහඋඩගම, ගම්පොළ, නුවර 077 - 541 64 61 / 081 - 20 57 572 (21) අරිය චින්තාශ්‍රම හෙළ බොදු සෙනසුන, බාලදක්ෂ මාවත, ගල්කඩවල, අනුරාධපුර - 0766442125 (22) රුහුණු ෆුඩ් ලයින්, අංක 05, හලාවත පාර, කොච්චිකඩේ - 0312277726 (23) දම්රුස් ටෙක්ස් - 10 බී, ගාලු පාර ගල්කිස්ස - 0112721037 (24) ඩබ්. කේ. නලිනසේකර මහතා - මඟුළුමස්විල, වලල්ලාවිට - 0342284428 (25) නිව් නදී ඉන්ඩස්ට්‍රීස් - 160 ඒ, දෙහිවල පාර, මහරගම - 0112842290 (26) චන්දන පූජා භාණ්ඩ - 100, බදුල්ල පාර, හාලිඇල - 0552294999 (27) කුමාර අයන් වර්ක්ස් - 209 ඒ, ගලහිටියාව, ගනේමුල්ල - 0769604682, 0713329621 (28) රුවිර ද සිල්වා මහතා - අංක 09, ග්‍රෑන්ඩ් හොටෙල් පාර, නුවරඑළිය - 0772717514 (29) ගමගේ පොත්හල, අංක 119 ඒ/1, මිද්දෙණිය පාර, අඟුණුකොළපැලැස්ස - 0714492649 (30) නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනින් (බදාදා පෙ. ව. 9.00 සිට 3.00 දක්වා පමණි.) 0772292677 (31) රාජපක්ෂ වෙළඳසැල - බැද්දෙගෙදර, මිද්දෙණිය පාර, වීරකැටිය - 071 2136329 (32) සංජීව සුපර් ග්‍රොසරි - ප්‍රධාන වීදිය, බඩල්කුඹුර 075 5863883, 055 2250051 (33) සෙල්මින් ලේබල් (පුද්.) සමාගම - අංක 313/29 බී, ගෝනමඩිත්ත පාර, පිළියන්දල - 077 3018686 / 011 2616349 (34) සෙනරෝ සෙන්ටර් - අංක 35, රාජගිරිය පාර, රාජගිරිය - 075 5569555 (35) Mr. Coffee, කෙලින් වීදිය, දේවාලෙගම (පොල්ගහවෙල පාර) - 071 - 4569500 / 035 - 3222220 (36) අමිල ට්‍රේඩර්ස්, අංක ඩී1, ඒ. ඒ. ධර්මසේන මාවත, මහනුවර - 075-7246797

තැපෑලෙන් ගෙන්වා ගැනීම සඳහා විමසන්න - ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලය - අංක 33, තලවතුගොඩ පාර, පිටකෝට්ටේ - 0777794676

ඉහත ආයතන හිමි පින්වතුන් මෙම සද් කාර්ය ඉටු කරනු ලබන්නේ කිසිදු වෙළඳ ලාභයකින් තොරව සාසනික කටයුත්තක් වශයෙන් පමණි.

නැතිවත් කසාවත මෙහෙමයි කල් ගෙව්වේ...

තුන් පිටකය දරා යට ගිය දහම සොයා
දුන් ගුණ කවි ගඟුලකින් මුව අගට අයා
නින්දද නැතිව එකලත් දහවලද රැයා
උන් හැටි හරිම පුදුමයි බණ දහම කියා

උපාසක තුමෙක් විලසට දහමෙ එන
නොපා ලාබ කිත් පැසසුම් නොගැළපෙන
අපා දෙව් මිනිස් ගැන කිව් මුනිඳු බණ
එපා නොවුනි දෙසවන් වෙත කිසිම දින

මහ සෙත් ලොවට කළ මුනිඳුගෙ ගුණ කැන්දා
නහවත් බෝධි පිදුමෙන් සත සිත බන්දා
දහමත් නිවන් සුව දෙන මුවගට රන්දා
වහ ගත් ලෝ සතුනගේ භව දුක බින්දා

වෙද හෙදකමෙහි හුරු බව කිව් ගිලන් පස
සදම්න සම වතට බැස ඉසිවරුන් ලෙස
එ දවස කෙරුව කම් එල දැක යොමන් ඇස
අද මෙලෙසයි කියා දුනි ඔසු පැනින් යස

නැතිවට සිවුර එකලත් ගිහි වතෙහි සිට
නිති සිත යෙදුවෙ බුදු හිමි දෙසු දහම වට
ඇති නැති භේද නොබලා මෙත් සිතට බට
සතියෙනි ලොවෙහි විසුවේ දම් සුවය පිට

වැදගත් තැනට මුල දී දහමය කිව්වේ
ලැබුනත් පිදුම් නැත නොපිහිටි ගුණ මැව්වේ
සමවත් සිතිනි සැඟවුනු දහමද සෙව්වේ
නැතිවත් කසාවත මෙහෙමයි කල ගෙව්වේ

පබැඳුම - නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



සෑ - සී - තිලෝනා



සෑ - සී අරුත සැකි කුල සිහ රදා වේ
ඒ ලෝ පියා යනු ලොවටම පියා වේ
ලෝනා - තිලෝනා තිලොවට රජා වේ
නා නා වහර එයි බුදු ගුණ කතා වේ

විග සිනි බිහිව සත් පියුමන් පිට වැඩලා
අග වෙමි ලොවට සෙට වෙමි සිහ නද නගලා
දිග දුර වෙහෙසකර දිවි ගමනක යෙදිලා
මග හෙළි කළහ නිවනෙහි දොරගුළු ඇරලා

මිස දිටු බමුණු මත එදවස පතළ කර
අසරණ සතුන් පුද දෙති දිවි කරති තොර
දස අකුසල් කරති දැක්මක් නොමැත දුර
දොස එහි මුනිඳු දෙසු බුදු බණ අතර තුර

තම බඩ වඩනු පිණිසම දහමක් දෙසුව
නොමගට ගිය එබඳු ගුරු පිරිසක් පසුව
එම දිවි පෙවෙත අතහැර එතුවක් විසුව
සමගිව යහ මගට විත් භව දුක් නැසුව

පෙර නොම ඇසු සොඳුරු බුදු බණ කියා දී
සුර නර බඹ සකල සත හට ඔවා දී
ගොර දිගු සසර බිය හදවත රුවා දී
මරණය මරණ මග දෙසු බරණැසේ දී

එපරිදි අසූ වස් බුදු හිමි වැඩ වසලා
අපමණ ලෝ සතුන් හට බුදු බණ දෙසලා
විපතට පත් එහැම භව සයුරෙන් මුදලා
සැප ඇති එකම තැන පිරිනිවනට වැඩලා

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමනී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා

1068 Rs.25.00
Hela Bodhu Piyuma 68

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන විසින් සංස්කරණය කර නුගේගොඩ ගංගොඩවිල වනාත පාරේ අංක 96/A දරණ ස්ථානයේ පිහිටි ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය කරවා ප්‍රසිද්ධ කරන ලදී